بين ماء العاطفة ونار الشهوة (1)

العَاطِفَةُ كَالمَاءِ

مقاربةٌ سايكلوجيةٌ فنيةٌ في العاطفةِ وتداعياتِها

جاسم حسين المشرف

الطبعة الأولى | 2012

إليكَ

إلى مَن ملأ الخافقين

بواسع علمه

ونُبل أخلاقه

وجلالة قدره

إلى مَنْ بَشَّرَ بِهِ المصطفى ﷺ

فوهَبَهُ اللهُ النورَ والحكمة

إليكَ يا أبا جعفر

محمد بن علي الباقر

أُقدِّمُ هذا الجهد

فتلطف سيدي بالقبول.

جاسم

إستهلال

تعتبر العاطفة من أشد وأوضح جوانب الشخصية الإنسانية ظهوراً وحضوراً؛ لما لها من تأثير بالغ على بقية الأبعاد المعنوية والسلوكية، في المسيرة الإنسانية.

وتتمثل العاطفة في تمركز الانفعالات في اتجاهٍ واحدٍ كما تتمركز أشعة الليزر؛ لتحدث تأثيراً ما؛ فيصبح للعاطفة من التأثير البالغ على الذات والآخر ما لا يكون عند توزعها وتشتتها.

ومجتمعاتنا موغلة في العاطفة إلى حدِّ الإغراق، حتى تدخلت -العاطفة- في صناعة قراراتنا، ومواقفنا، وحكمنا على الأشياء، في مختلف القضايا الخاصة، والعامة، فأصبحت المستشار، والمقرر، والحاكم، والشاهد، مما أثَّرَ على التفكير المنطقي المنضبط وآلياته، فنأت الموضوعية، والعدالة، والحياد عن الكثير من قراراتنا ومواقفنا. وتعامينا عن أخطاء مَن نهواه ونرتضيه فرداً كان أو جماعة. وأصبحت

العاطفة السيد المطاع، وأصبح العقل تابعاً لها، لا متبوعة له، تأمره فيأتمر وتنهاه فينتهي!.

ومن جهة أخرى نعاني من الجفاف والفراغ العاطفي على أكثر من صعيد وآخر، مما تسبب في استفحال الكثير من المشاكل والأزمات النفسية والسلوكية على مستوى الفرد والمجتمع والأمة.

وقد تناولت الكثير من الدراسات النفسية العاطفة .. مفهوماً، وأبعاداً، وآثاراً، بأسلوب علمي بحت، بعيداً عن قيم السماء، وملامسة الواقع، بينما نجد التراث الإسلامي مليء بالعديد من النصوص، والأحداث التي تنتظر توليفها، واستقراءها، ودراستها.

وتختلف النظرية الإسلامية في تحديد العاطفة ونشوئها، وأسلوب التعاطي معها، وضبطها، عن النظرية النفسية البحتة، البعيدة عن قيم السماء.

وفي زمن الإيقاع المتسارع مع المدنية ومتطلباتها- والتي أغرت بالكثير في أنْ ينأى عن نفسه وروحه، موغلاً في إشباع حاجاته المادية والجسدية، متجاهلاً حاجاته العاطفية والروحية، التي تشتكي الفقر والحرمان والجفاف- تكون الحاجة مُلِحَّةً للوقفات التأملية الهادئة؛ لإشباع حاجاتنا

العاطفيـة في جوٍّ من الوداد الصادق، بـدفء المحبة، بنظرة عطفٍ، ولمسـة حنانٍ، في ظِـلِّ زوج عطوف، وأبٍ رؤوف، أو صديق حميم، أو أي علاقة إنسانية صادقة.

إنَّ ما يدفع الإنسان للبحث عن المحبة الخالصة والعاطفة الصادقة هو ألم الجفاف والقسـوة الذي يعصف به، ويسلبه الإحساس بقيمة الحياة.

ونزوع النفس الإنسـانية للكمال وما يصاحبه من توازن وطمأنينة واسـتقرار يدفعها للتخلص من كل ما تعانيه من نقـص يربـك حركتها، ويشـلُّ انطلاقتها، مـن توتر نفسي، وفراغ عاطفي.

***

فما هي العاطفة؟

ومِمَ تتشكل؟

وما أهميتها، وما دورها في حياة الإنسان؟

ومـا أثر كبتها أو إطلاقها في مسـيرة الفـرد والمجتمع وما واجبنا تجاهها؟ وما موقف الإسـلام من الحُبِّ باعتباره أشد العواطف ظهوراً وتأثيراً في التحولات النفسية والسلوكية؟

وما علاقة العقل بالعاطفة؟

هذه التساؤلات وغيرها ستجد إجابتها مختصرة تارة ومفصلة أخرى بين طيات هذا الكتاب.

ولو تركنا المجال للاسترسال مع العاطفة وتداعياتها، ومجالاتها، وما له تأثير فيها، وعلاقة بها لاحتجنا إلى بحثٍ مطَّولٍ، ولدخلنا في المباحث والدراسات الأخلاقية، والنفسية برمتها- فهي متداخلة مترابطة لا تنفك عن بعضها- وهذا ما لا ينسجم مع منهجنا ورؤيتنا الكتابية.

وما هذا الكتاب إلا مقاربة إسلامية بمسحة فنية أدبية، وأمثلة واقعية لهذا الموضوع الحيوي والهام.

وهو مجموع محاضرات قدمتها في أكثر من موقع وآخر، ارتأى بعض الإخوة والأخوات حفظها في كتاب لتعمَّ فائدتها، وأكدَ هذه المحاولة النقص الواضح لمثل هذه المقاربات والدراسات في مكتبتنا الإسلامية.

أسأل الله تعالى التوفيق لأن تمثل هذه السطور لبنة ولو بسيطة في بناء وإحياء الفكر الديني المتزن، وإضافة إلى مكتبتنا الإسلامية.

جاسم حسين المشرف

١٤٢٨/٨/١هـ



الفصل الأول

العاطفة في حياتنا



- في ظلال الآية
- ما هي العاطفة؟
- مِمَ تتشكل العاطفة؟
- العاطفة بين الكبت والإطلاق

العاطفة في حياتنا

قال تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَـٰنَ فِىٓ أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾[1]

الألف واللام في الإنسان تفيد الجنس، وأراد بذلك جنس الإنسان «خلقه الله في أحسن صورة، وأكمل هيئة، على كمال في النفس، واعتدال في الجوارح، وميَّزَهُ عن غيره بالنطق، والتدبير والإرادة، والاختيار»[2].

فهو ﴿فِىٓ أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾[3] في أحسن هيئة من التناسق، والتكامل بين أجزاء تكوينه المادي، والمعنوي؛ ليكون مؤهلاً للقيام بالمهمة التي وجِدَ من أجلها.

ويمثل الإنسان نفحة من روح الله تعالى، فأكرمه بخلافته في أرضه[4]، وميزه عن سائر مخلوقاته بالعقل، والحرية، والإرادة[5].

(١) سورة التين: آية (٤).
(٢) مجمع البيان في تفسير القرآن، الشيخ الطبرسي، دار مكتبة الحياة بيروت - لبنان، مجلد ٦ جزء ٣٠ ص١٧٩ (بتصرف)
(٣) سورة التين: آية (٤).
(٤) ﴿إِنِّى جَاعِلٌ فِى ٱلْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾- البقرة: ٣٠
(٥) ﴿إِنَّا هَدَيْنَـٰهُ ٱلسَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا ﴿٣﴾﴾- الإنسان: (٣)

وهو كائن ذو بُعدين: ماديٍّ، ومعنويٍّ، يتكون من روح، وجسد .

ذلك الجسد المكوَّن من الأعضاء المتناسقة، والمتجانسة، على أحسن هيئة، وأجمل صورة، في حكمة الخلق، وإبداع المصوِّر، الذي جعل لكل أجزائه، وذرات وجوده غاية، وحكمة.

وله حاجاته المادية من مأكل، وملبس، ومأوى، وغيرها.

وتلك الروح التي تتجلى في أكثر من بُعدٍ وآخر:

ففي بعدها العقلي الصِرفِ تتجلى في دفع الإنسان لإشباع حاجته المعرفية، واستكناه المجهول، والتطلع للكمال.

وفي بعدها الروحي تتبدى في تعلقها بالمطلق، والسماء، وحاجتها للعبادة، والمُثل العليا، والفضيلة بكل آفاقها.

وتجول في بعدها العاطفي الانفعالي النفسي الكثير من الميول والرغبات، من انجذاب ونفور، وقبول وإحجام، وانفعال وهيجان، وحب وبغض، وما إلى ذلك.

والشخصية السوية هي التي تتحرك لإشباع حاجاتها المادية والمعنوية باعتدال وانضباط وانتظام، فلا يطغى

اهتمامها بجانب على حساب الجوانب الأخرى.

وإذا ما أخلَّ الإنسان بأي جانب من شخصيته تحرك لديه نداء الفطرة السليمة؛ ليتدارك قصوره وضعفه، بُغية الوصول إلى التوازن.

إنَّ سكينة النفس، وطمأنينة القلب، وراحة البال، وتألق الطموح، وتحقيق الأهداف يعتمد إلى حدٍّ كبير على ضبط إيقاع عواطفنا وغرائزنا إلى جانب تألق إيماننا الواعي بالله عزَّ وجل.

كثيرون هُم الطامحون إلى تغيير واقعهم الذاتي والاجتماعي وقد تعددت بهم السُبل نحو هذه الغاية التي لم يفلحوا في تحقيقها؛ لأنهم لم يبدأوا مِن داخلهم، ولم يضبطوا سُلَّم أولوياتهم، ولم تتضح رؤيتهم لأشد الأشياء لصوقاً بهم: عواطفهم وشهواتهم.

عندما نتعرف على نفوسنا أكثر سيتضح لنا الطريق، وسنعرفُ كيف نَخُطُّ طريق سمونا وسعادتنا.

***

ما العاطفة ؟

يحصر الكثير من النـاس مفهوم العاطفة في (الحُبِّ) وما تحمل هذه المفردة من صورة دلالية في ذهنه. إننا لا نؤسس على هذا المعنى فحسب، وإن كانت هذه المفردة (الحُب) تملأ الآفاق سـعة ودلالة، وإنما نأخـذ بالمعنى الأرحب للعاطفة الذي يشمل لوازم الحب، ودعائمه، ودوافعه ومحفزاته.

فالعاطفـة «مأخوذة من الفعل عطف يعطف عطفاً، أو عطوفاً : أي: مال وانحنى.

تقول: عطفت الظبيةُ عنقها إذا مالته وَحَنَتهُ.

وتعاطف القوم: عطـف بعضهم على البعض: أي مالوا بمشاعرهم النبيلة على بعضهم .

وعطف عليه: أي وصله، وبرَّهُ، وأشفق عليه.

واستعطفه: سأله أن يعطف عليه.

العاطفـة: القرابة وأسـبابها، والشـفقة، وهـي صلة من جهة الولاء.

ومنها المنعطف في الطريق أي متعرجه ومنحناه.»[١]

الحقل الدلالي لمفهوم العاطفة

وَ«العَطْف: شفقة، حُنُو، حنان، حَدَب، رأفة، رحمة، رِقَّة، مَرحَمة

وَ عَطَفَ: رَقَّ لـ، رَثى لـ، شَفَقَ على، رَحِمَ، حَنَّ على، أشفَقَ على، حَدِبَ على، أشرف على، لانَ لـ، رَفَقَ بـ، تَعَطَّفَ، خاف على.

عطوف: رؤوف، رحيم، حَدِب، لطيف، شفيق، رقيق، حَنَّان، رقيق القلب»[٢] عطف القلب / خفض الجناح/ لين العريكة/ طيب الكلام/ إفشاء السلام/ العفو/ الصفح/ الإحسان/ الوفاق/ إغاثة الملهوف/ مساعدة المحتاج/ الإيثار/ التسامح/ الكرم/ الجود/ الإخاء/ التآخي/ التآلف/ الاستئناس/ التزاور/ التواصل/ التهادي/ الرحمة/ الرأفة/ النصيحة/ التبسم/ البشاشة/ البُشر/ المواساة/ العشق/ الشوق/ الموالاة/ ...

---

(١) المعجم الوسيط، إبراهيم مصطفى وآخرون، المكتبة الإسلامية، اسطنبول- تركيا، ص ٦٠٨.

(٢) المكنز العربي المعاصر محمود إسماعيل وآخرون مكتبة لبنان ناشرون بيروت- لبنان ط: ١ ١٤١٤هـ/١٩٩٣م ص ٧٩

من هذه المفردات المترادفة والمتجانسة، والتي تدخل في معنى العاطفة أو ما هو من لوازمها يتبين ما لهذا الموضوع من رحابة وسعة تمتدُّ بامتداد الحياة؛ لأن ممارساتنا اللفظية والحركية ملازمة لهذه المعاني أو ما يقابلها.

كما أنها تمثل أثمن وأنبل صفات الكمال التي اتصفت بها الذات المقدسة أصالة، واتصف بها الأنبياء والأولياء عليهم السلام كصفات كمال.

فمن أسمائه تعالى: الرَّب- الرحمن- الرحيم- الرؤوف- العطوف-الودود-الشفيق- الحليم-الكريم-اللطيف- الولي-العفو- الغفور- التوَّاب-الستَّار-المجير-المعين- المغيث-الودود- اللطيف...

وإذا ما تتبعنا هذه المفردات ودلالتها ومدى حضورها في القرآن الكريم والسنة المطهرة، والأدعية الشريفة، والسيرة المشرقة للرسول الأكرم وعترته الطاهرة عليهم السلام فإننا سنجد أنفسنا أمام تراثٍ ضخم، وبحر زاخر بعطاءٍ لاحَدَّ له ولا منتهى.

وما مِن صفحة في القرآن الكريم إلا وتشتمل على العاطفة أو أحد لوازمها، وآثارها.

وفي علم النفس العاطفي تعني: «استعداد نفسي ينزع بصاحبه إلى الشعور بانفعالات معينه، والقيام بسلوك خاص حيال فكرة أو شيء ما»[1].

كما تعني: «تمركُز الانفعالات حول موضوعٍ واحدٍ مع الاستعداد النفسي المسبق»[2].

والعاطفة: «استعداد أو ميل يدور حول فكرة أو شيء ما»[3].

والحب، والشفقة، والمودة، والرحمة، و ... عواطف، وهي أقرب إلى الثبات والاستقرار.

بينما الغضب، والخوف، والرجاء، والقلق،و... انفعالات، قد تكون طارئة ومؤقتة.

***

(١) المعجم الوسيط ، ص ٦٠٨ .
(٢) النفس في دائرة الفكر الإسلامي، أحمد القبانجي، دار الكتاب الإسلامي، ط: ١ ١٤٢١هـ/ ٢٠٠١م ص ٢١٧.
(٣) موسوعة علم النفس، أسعد رزق، ط: ٢ ، ١٩٩٢ م، المؤسسة العربية للدراسات والنشر.

مِمَ تتشكل العاطفة؟

وتسهم الوراثة إلى جانب الأساليب التربوية، والبيئة الاجتماعية، والثقافية في تشكل البنية العاطفية لدى الفرد.

وكما يَرِثُ الإنسان صفاته الجسدية من أسلافه، يرث القابلية الأخلاقية والعاطفية لحضور بعض الصفات أكثر من غيرها في شخصيته، لا على سبيل الإلزام بل الاستعداد، وهذا مما يعنيه الحديث الشريف: (**تزوجوا في الحِجرِ الصالح فإنَّ العِرقَ دسَّاس**)[1]، وقول رَسُولُ الله ﷺ: (**اخْتَارُوا لِنُطَفِكُمْ فَإِنَّ الْخَالَ أَحَدُ الضَّجِيعَيْنِ**)[2].

فقد يكون المُكوِّن المزاجي لشخصٍ ما يميل لمواصفات معينة في الجمال، ويرى أن الكمال في تلك الصورة المتخيلة التي رسمها في ذهنه، فتكون بالنسبة إليه أملاً من الآمال، وما إنْ يقع على الصورة المماثلة أو المطابقة لذلك التشكل الذهني إلا وينجذب إليه لا شعورياً، وتتوحد فيه مشاعره،

---

(١) منتخب حكم النبي الأعظم ﷺ، محمد الرَّي شهري، ط: ١، ١٤٣٠هـ قم/ إيران، ص ٢٦٥، عن الفردوس، ج: ٢، ص ٥٢، ح: ٢٢٩١

(٢) بحار الأنوار، ١٠٠، ٢٣٦، باب ٣- أصناف النساء

وانفعالاتـه، وفعالياتـه، والتي تقـوى كلما وجد اسـتجابة تغري بمزيدٍ من الاندفاع.

والمـرأة أكثر انسـياقاً وراء عاطفتها من الرجل؛ لما تحمله من مخزون عاطفي جياش يتلاءم مع طبيعة وظيفتها ودورها المحوري في بناء الأسرة[1].

أما الرجل فتضمر عاطفته كلما امتدَّ به العمر ما لم يتعهدها بما يُظهرها، ويُجلِّيها، ويُرهفها من مواقف إنسانية، ومتابعة أدبية.

وقد تكفل الإسلام بالتأسيس والحفظ لما يحتاجه الكائن الإنساني من رصيد عاطفي عبر الكثير مِن أحكامه الواجبة والمندوبة، كما سيأتي.

وكما أشرنا تسهم تجارب الإنسان، وخبراته، ومدخلاته الثقافيـة، والتربوية، والوراثية في تشـكيل الجانب العاطفي لديـه، ودرجـات القـوة والضعـف فيـه، فتـأتي (العاطفة الإدراكية) التي تنطلق من الوعي بقيمة المودة مثلاً في الحياة الأسرية لتنظيم هذا الجانب المحوري.

---

(١) ونظراً لكثافة هيمنة الجانب العاطفي على شخصية المرأة؛ مما يؤثر على الفاعلية المنطقية في صناعة القرار واتخاذ المواقف، وانضباط الرأي وثباته، فقد اعتبر الإسلام شـهادتها نصف شـهادة الرجل، لا اسـتنقاصاً لها -كما يذهب بعض المتحاملين على الإسلام- وإنما رعاية لمستوى قابليتها وقدرتها، وعدم تكليفها بما لا تطيقه.

إذاً العاطفة: هي ذلك الجانب من الاستعداد الذي يُعني بمشاعر الإنسان، وأحاسيسه، ورغباته، وانفعالاته.

فالجانب المعنوي للدوافع المحركة لنا حيال سلوكٍ ما هو ما تمثله العواطف، والجانب الغريزي المادي لها هو ما تمثله الشهوات، كما سيأتي.

فهي تسهم في صياغة قناعات الإنسان ونظرته للحياة.

* * *

ونلاحظ على الطرقات الإشارات المثلثة التحذيرية التي تنبئ بوجود منعطف قادم فعلينا الحذر بتخفيف اندفاع سرعتنا.

ونحن نسير بمركبة الحياة تواجهنا المنعطفات تلو الأخرى، والتي تتطلب الوعي الإدراكي بخطورتها، وبإشاراتها التي تنبهنا للحذر من الاندفاع المفرط معها، سواء كان ذلك بانعطاف مشاعرنا، أو انفعالاتنا، أو غيرها نحو هذا الاتجاه أو ذاك.

* * *

العاطفة بين الكبتِ والإطلاق

وما هو جديرٌ بالتأمل والاهتمام: كيف يمكن التعامل مع عواطفنا، ومشاعرنا بما يحقق لنا السكينة والاستقرار، وبما ينسجم مع فطرة الله التي فطر الناس عليها؟

هل يدعو الإسلام لكبتها، أو إطلاقها؟

وماذا نقصد بالكبت والإطلاق؟

١. **الكبت**: هي محاولة دفع رغباتنا، وأفكارنا، وطموحاتنا، وقناعاتنا إلى منطقة اللاوعي، ودفنها، وإخفائها؛ نتيجة ظرف نفسي، أو اقتصادي، أو واقع اجتماعي أو سياسي منعنا من إشباعها أو التعبير عنها.

فتتنفس هذه العواطف والرغبات متى ما سنحت الفرصة بطرق شاذة تارة، وطرق سوية تارة أخرى. وحالة الكبت هذه قد تُحدِثُ الكثيرَ من المعاناة النفسية، نتيجة إلحاحها على صاحبها، وانفجارها كلما وجدت لها مثيراً.

«ويرى فرويد- وكغيره من علماء التحليل النفسي-

أن النـاس منـذ طفولتهم المبكرة يكبتـون، أي يطردون من الإدراك الواعي أية رغبات، أو حاجات غير مقبولة لديهم، أو لـدى المجتمـع إلى العقـل الباطن، وأن بإمكان المشـاعر المكبوتة خلق عوارض بدنية.»[1].

٢. **الإطـلاق**: هو ذلـك التعبير الصـارخ المنفلت عن غرائزنـا، ورغباتنـا، وعواطفنـا، بعيـداً عن الرقابـة. تلك العاطفة الطاغية يتخذها البعض كمهرب من واقعه المرير، فيمعـن في تصعيدها حتى تتحوَّل كالانفجار الذي يدمر ما فيه، وما حوله.

وكـما يسـهم الانفجـار في تفـكك الأشـياء المتلاحمـة، وتشـتتها، وافتقادهـا لترابطهـا ووحدتها المحققـة لغايتها، يعمـل الانفلات العاطفي غير المنضبط على تشـتت النفس وتوزعها وافتقادها لوحدتها التي بها يتحقق الانسـجام بين قواها؛ فيعاني صاحبها المضاعفات الخطيرة، التي تسـهم في شقائه واضطرابه[2].

---

(١) الموسـوعة العربية العالمية، مؤسسـة أعمال الموسـوعة للنشر والتوزيع، ج :٢٥، الرياض- السعودية، (١٤١٦ هـ-١٩٩٦م)، ط: ١ ، ص ٣١٨.
بالـغ فرويـد في التهويل من عوارض وآثـار الكبت النفسي على الشـخصية، تأكيداً لرؤيتـه الإباحية في إطلاق العنان للعواطف والغرائز الجنسـية واشـباعها متجاهلاً القيم الأخلاقية، والمبادئ الدينية.
(٢) للوقوف على تفصيل هذا المعنى راجع كتاب: لكي نسمو.. للمؤلف

فالكبت والإطلاق غير المقننين يمثلان اعتلالاً عاطفياً، يحدث حالة من الصراع النفسي، والتوتر، وعدم الاستقرار، وفقـدان التوازن، وقد يمتدُّ ذلك ليطال علاقتنا بالله تعالى؛ فعندمـا لا يكـون الإنسـان متوازناً في عواطفه وأحاسيسـه وانفعالاته فإن ذلك يسهم في شقاء نفسه، واضطرابها.

والكثير من مشـاكلنا ناشـئة من ذلك الكبت الخانق، أو الانفـلات المتهـور للعاطفة، وهذا ما لا يرتضيه الإسـلام، ولا يقره.

وعندمـا نفلت بعواطفنا فإننا سـنجني على أنفسـنا قبل أن نجنـي على الآخريـن، وقد نُضَيِّعُ أغلى مـا يعز علينا من أبنائنا، وأصدقائنا[1].

ولعـل ما تقـدم يلمح إلى سـبب من أسـباب اضطراب علاقتنا بأنفسنا، وبالآخرين، وتأزمها أحياناً.

فالكثـير مـن معاناتنا ومتاعبنـا لم تأتِ من الخـارج وإنما صنعناهـا في داخلنـا، وهذا مـا يجعل الذات منبع شـقاء أو سعادة؟

(١) للتوسـع في هذا المطلب راجع الفصل الخامس والسادس من كتاب: الصداقة من واقع التجربة جاسم حسين المشرف، دار الكاتب العربي، بيروت-لبنان ط:١ ١٤٢٨هـ/ ٢٠٠٧م.

وهذا ما تصنعه الثقافة، والتجارب الحياتية التي نعيشها ونتفاعل معها، والمفتقرة إلى النقد والتفحص والتمحيص.

فما هو مألوف من تصرف وسلوك عاطفي أو غيره لا يعني بالضرورة أنه سلوك سوي، كما أنَّ العكس لا يعني الشذوذ؛ لأن المجتمعات البشرية تطفح بالكثير من السلوكيات الخاطئة، والخارجة على نواميس الطبيعة، وسنن الحياة.

الصمت الجارح

وكما نسهم في كبت عواطفنا، فقد نسهم في كبت عواطف الآخرين أو إطلاقها، فعندما نُحجم عن التعبير عن مشاعرنا تجاه من نُحِبُّ، حياءً، أو جهلاً، أو بسبب تربية ونظرة خاطئة تجد في البوح العاطفي ضعفاً، أو منقصة وعيباً[1]، فلا نكون بالمستوى المشجع للآخر لأن يبوح بعواطفه فإننا شاركنا الآخر في كبت عواطفه، وعندما نبوح بأحاسيسنا وعواطفنا للآخر لفظياً وحركياً، وننفتح عليه فهذا يشجعه لأن يُعَبِّرَ عمَّا يجيش بنفسه، ويختلج بداخله.

---

(١) عاش الكثير من الناس عمراً مديداً مع أزواجهم وزوجاتهم، وأبنائهم وإخوانهم وأصدقائهم ولم يبوحوا لهم بكلمة حُبٍّ، رغم ما يكتنف علاقتهم من مودة وانسجام.

وإذا كان بعض الكلام جارحاً؛ لما فيه من قسوة، وإهانة، وإساءة، وإجحاف[1]، فقد يكون الصمت أشدُّ إيلاماً، وأغور جرحاً؛ لِما يستبطنه من تجاهلٍ ونكرانٍ، وكتمان، وانغلاق لمنافذ المودة والمحبة لأن تأخذا طريقهما، إذ لا قيمة للحياة بدونها.

قد يأسف البعض من مبادأة هذا بالحب، والتواصل مع ذاك بالود؛ لما يجده من جفوة، واستخفاف، أو تغافل وعدم اكتراث، ويتبدد هذا الأسف إذا ما تفهم العذر للآخر، وتسامى بمبادرته لا يريد بها إلا ثواب الله ورضوانه.

وقد وردت في هذا المعنى عدة أحاديث منها:

١ . الدعوة إلى تثبيت المودة وتبادلها بإبدائها، وإظهارها لمن يبديها لنا، قال ﷺ: **(أبدِ المودة لِمن وادكَ تكن أثبت)**[2]، وقال ﷺ: **(إذا أحبَّ أحدكم أخاه في الله فليعلمه فإنهُ أبقى في الألفة، وأثبتُ في المودة)**[3].

---

(١) يقول الشاعر:
جراحاتُ السنان لها التئامٌ ولا يلتامُ ما جَرَحَ اللسانُ
ويقول الشاعر أمية الداني:
وجرحُ السيف يبرأ عن قريب ويعيا البرءُ من جُرحِ اللسان

(٢) المحبة في الكتاب والسنة محمد الريشهري، دار الحديث، بيروت/ لبنان، ١٤٢١هـ/ ٢٠٠٢م، ص ١١٧

(٣) المصدر السابق، ص ١١٧

وهناك مَن لا يُقَدِّرُ مشاعر الناس تجاهه، ولا يبالي بحبهم له، فلا يبادلهم حباً بحب، وتدريجياً ينكمش ذلك الشعور العارم، ثم يبحث عنه عند مَن تلقّاهُ فلا يجد له حضوراً.

٢. صِلة مَن أحببتَ وزيارته، قال ﷺ: (إذا أحبَّ أحدكم أخاه فليعلمه، ثمَّ ليزره، ولا يكون أول قاطع)[١] وقوله: (إذا أحبَّ أحدكم صاحبه فليأته في منزله فليخبره أنه يُحبهُ في الله)[٢].

٣. بمثابة الخيانة لهم (مَنْ كان في قلبه مودة لأخيهِ ثُمَّ لم يُطلعه عليها فقد خانه)[٣].

كما نلاحظ في السيرة العطرة لأكمل الخلق محمدٍ وآله صلوات الله عليهم شواهدَ متكاثرة يعبرون فيها عن حبهم لبعضهم، ولأصحابهم المخلصين.

وهذا يبين جانباً من موقف الإسلام إزاء عواطفنا إذ يتطلب منا أن نبوح بها بتوازنٍ وانضباط توثيقاً للمودة، وتأكيداً للعلاقة.

❊ ❊ ❊

---

(١) المصدر السابق ص ١١٧
(٢) المصدر السابق ص ١١٨
(٣) المصدر السابق ص ١١٧

عاطفتُك إنسانيتك

عندما ترى مشهداً، أو تسمع قصةً تستثير عاطفتكَ، وتهزُّ مشاعرك، فأنتَ أمام خيارين:

إما أن تتفاعل مع ذلك المشهد، وتعبر عن إنسانيتك، وتعاطفك، كأن تساعدَ محتاجاً، أو تتبرع ببعض ما رزقك الله لفقير أو محتاج، أو تشارك غيرك همه ومعاناته.

وإما أن تتنكر لعاطفتك، وتتجاهل إحساسك، بل وتجاهد نفسكَ لتحمل عبء الانعطاف بها إلى غير طبيعتها، إما لحرص مستفحل يحول بينك وبين الإنفاق من مالك، ووقتك، ووجاهتك الذي هو من لوازم المواساة، والمشاركة العاطفية[1]، أو لتجذر نزعة (الأنا) التي تعمي صاحبها عن رؤية غيره وإن قَرُب!.

إنَّ مَن لا يترك لعواطفه المجال لأن تتدفق معبرة عن فطريتها، ويُصِرُّ عامداً على حبسها وكبتها من الظهور يقسو

(١) وهذا يمثل الشكر العملي للنعم، و (مع الشكر تدوم النعم) - غرر الحكم، ص ٢٧٨.

قلبه، ويتبلد إحساسه، ويحرم نفسه قبل أن يحرم غيره من تجلي روح الإنسانية في شخصيته.

وكم هو فقيرٌ مَن أضاعَ إنسانيته وإن صُبَّت الدنيا بجامها بين يديه؟!.

العاطفة المستيقظة والحرص المستفحل

رغم تلوث فطرته، وجرأته على المشاركة في قتل سيد شباب أهل الجنة عليه السلام، وسبي حرمه ونسائه ما زال في قلبه بقية حنان، يأتي ذلك الرجل إلى فاطمة بنت الحسين عليهما السلام لينتزع الخلخال منها وهو يبكي.

تخاطبه: ما يبكيك؟

قال: كيف لا أبكي، وأنا أسلب بنت رسول صلى الله عليه وآله.

قالت له: إذاً دعني

قال: أخاف أن يأخذهُ غيري!.

وهل تنفع عاطفة البكاء المستيقظة ما لم تترجم إلى سلوكٍ عمليٍ، يتجاوز رذائل النفس من حرصٍ، وبخلٍ، وطمعٍ، وغير ذلك؟

قد يتجاهل الإنسان أجمل أحاسيسه وعواطفه، ويجهز عليها؛ لتعلقه بالدنيا، ويبقى حبيس الألم والأسى، تأكله الحسرة، وتقتله الندامة، ويتجرع مرارة الضمير الذي يؤنبه، فلا هو تسامى بعاطفته، وإنسانيته، ولا هو هنأ بحرصه وطمعه وقسوته، وما جعل الله لحريص راحة[1].

***

(١) يقول محمود سامي باشا البارودي:

لو كان للمرء فكرٌ في عواقبه ... ما شانَ أخلاقهُ حرصٌ ولا طمعُ

وكيفَ يُدركُ ما في الغيبِ من حدثٍ ... مَن لم يزل بغرور العيش ينخدع



الفصل الثاني

العاطفة كحاجة إنسانية

- العواطف النبيلة كمال
- اشفق على مَن عاداك
- الرفق بالحيوان
- العاطفة كالماء



العاطفةُ كحاجةٍ إنسانية

العوطف النبيلة كمال

وكمال الشخصية الإنسانية رهين بما تحمله من وهج عاطفي متوازن مع الحكمة والبصيرة، وموجه بما يتلائم مع ما يريده المثل الأعلى، فأكمل الخلق الرسول الأكرم ﷺ يحمل أسمى العواطف النبيلة، والمشاعر المتعالية تجاه الناس عامة، وقومه خاصه. وعندما أراد القرآن الكريم أن يخلد كماله فإنه وصفه بالخلق العظيم، مستخدماً في ذلك أكبر أدوات التأكيد: ﴿ وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴾[1].

ولا يمكنُ تصُورُ أخلاقٍ نبيلة عظيمة خالية من العاطفة، إذ أن العاطفة والأخلاق صنوان متلازمان.

وبلغ من حرصه على هداية قومه، ونجاتهم أن يُجهدَ نفسه في دعوتهم بما يفوق طاقة البشر، فيعاتبه القرآن: ﴿طه

(١) القلم: ٤

﴿١﴾ مَآ أَنزَلْنَا عَلَيْكَ ٱلْقُرْءَانَ لِتَشْقَىٰٓ ﴿٢﴾﴾[1]. وقوله تعالى: ﴿فَلَعَلَّكَ بَٰخِعٌ نَّفْسَكَ عَلَىٰٓ ءَاثَٰرِهِمْ إِن لَّمْ يُؤْمِنُوا۟ بِهَٰذَا ٱلْحَدِيثِ أَسَفًا ﴿٦﴾﴾[2]، وقوله تعالى: ﴿فَلَا تَذْهَبْ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ حَسَرَٰتٍ﴾[3].

وفي آية أخرى يبين لنا القرآن الكريم أوصافاً جليلة لرسول الله ﷺ كلها تجتمع تحت مسمى العاطفة النبيلة: ﴿لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُم بِٱلْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢٨﴾﴾[4] يصعب عليه عنتكم، وجهدكم، ومعاناتكم، وتعبكم، حريص على سعادتكم، ونجاتكم، وعزتكم، رؤوف عليكم، رحيم بكم.

لو أردنا أن نصنف هذه السمات الجليلة لنبي الرحمة ﷺ تحت حقل معرفي جامع، فما نجد لها من عنوان شامل إلا العاطفة النبيلة.

***

(١) طه: ١-٢
(٢) الكهف: ٦
(٣) فاطر: ٨
(٤) التوبة: ١٢٨

أشفق على مَن عاداك

كلما تدرج الإنسان في مدارج الكمال رقَّ طبعهُ، ورهف حِسهُ، ولانت عريكتهُ، وتسامت عاطفته، وتجلت محبته لله تعالى في حُب الخير لسائر الخلق، وإذا ما وقفت على عاشوراء متطلعاً لأحد مشاهدها لتجد العقيلة زينب سلام الله عليها تنظر لأخيها الحسين عليه السلام واقفاً على باب الخيمة يرنو لذلك الجيش الذي ملأ الصحراء عُدةً وعددا، وعيونه تجودان بالدموع، تسأله بدهشة: أتبكي يا أبا عبدالله؟!

تأخذك الدهشة الممزوجة بالإعجاب والمحبة والإكبار والانجذاب العارم عندما تسمع إجابته: **والله ما لنفسي بكيت!**

إذاً مِمَّ بكاؤك؟

أبكي لأجل جيشٍ يدخل النارَ بسببي!.

كلمات اختزلت أسمى معاني الإنسانية، في أرقى سمات الكمال، بالمحبة والشفقة حتى على مَن شهروا سيوفهم عليه.

ولا غرابـة أن يتجلى هذا الكمال في ربيب جده المصطفى ﷺ الذي لاقى من الأذى ما لم يلاقِه الأولون والآخرون، ومع هذا يدعو لقومـه لا عليهم، ويُقَدِّمُ العذر لهم: **(اللهمَّ أهدِ قومي فإنهم لا يعلمون)**[1]، قال ذلك وهو يَمْسَحُ الدَّمَ عَنْ وَجْهِهِ.

***

عندمـا يدعونـا الإسـلام إلى الاهتـمام بأمور المسـلمين، واحترامهـم، وصلتهم، وقضاء حوائجهـم، والصفح عن مخطئهـم، ونصيحتهم في السـرِّ والعلن، وإغاثـة الملهوف، وإصـلاح ذات البـين، والدعـاء للمؤمنـين، والأنس بهم. وفي المقابل يحذرنا من الحسـد، والحقد، والغيبة، والنميمة، والقطيعـة، والعداوة، والبغضـاء، والظلم، والحرص، وما إلى ذلك من مسـاوئ، فإنَّ ذلك يعنـي التأكيد على (عاطفة الحُـبِّ) لأن تكـون هـي المهيمنـة في كل فعالياتنـا اللفظية والسـلوكية في الحيـاة، وعَدَّ ذلك مِن أكـبر القربات إلى الله جَلَّ ذِكره، فـ **(الدينُ المعاملة)**[2].

والقرآن الكريم يُعلي من شأن أخلاقية العطاء، والمحبة، والعفـو، والتحنـن عـلى الأيتـام، والتصـدق عـلى الفقراء

---

(١) بحارالأنوار، ٢٠، ٢٠، باب ١٢- غزوة أحد، وغزوة حمراء الأسد.
(٢)

والمحتاجين، وإغاثة الملهوف، والتنفيس عن المكروب، والكثير من هذه العواطف السامية إذا وظّفها الإنسان لخدمة الإنسانية، لا يبتغي بذلك إلا وجه الله.

كما أراد الإسلام للإنسان الانسجام المتناغم بين ما يعتقده بفكره، وما يستشعره بقلبه، أن يعيش التلازم بين محبة القلب وعقيدة الفكر، ولا يمكن أن يصل إلى كماله إلا بهذا التناغم المتزن، قال تعالى: ﴿ قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ ٱللَّهَ فَٱتَّبِعُونِى يُحْبِبْكُمُ ٱللَّهُ ﴾[1].

****

(١) آل عمران: ٣١

الرِّفق بالحيوان

وتمتد العواطف النبيلة لتطال الحيوانات في سيرة الأسوة، إذ نجد الشفقة في قوله ﷺ: (**وفي كل كبدٍ حرى صدقة**)[1]، وقوله: (**دَخَلَتِ امْرَأَةٌ النَّارَ فِي هِرَّةٍ رَبَطَتْهَا فَلَمْ تُطْعِمْهَا وَلَمْ تَدَعْهَا تَأْكُلُ مِنْ خِشَاشِ الْأَرْضِ**)[2]، وشفقته على تلك الحمامة التي استنجدت به وأفراخها.

وذات يوم كان النبي يتوضأ، فشاهد هرة تُحدِقُ في الماء، فقطع وضوءه وقَدَّمَ الماء للهرة[3].

كما نجد الإمام الحسين عليه السلام في يوم عاشوراء- رغم مكابدته الحرَّ والظمأ- بعد أن كشف عن المشرعة، وهَمَّ بشرب الماء نكَّسَ جواده رأسه يريد أن يشرب.. التفت إليه سيد الشهداء عليه السلام مخاطباً: **أنت عطشان وأنا عطشان، فو الله لا أشرب حتى تشرب**[4]!!.

(١) عن أَبِي عَبْدِ اللهِ عليه السلام قَالَ: (أَفْضَلُ الصَّدَقَةِ إِبْرَادُ كَبِدٍ حَرَّى)- الكافي، ٤، ٥٧، باب سقي الماء، ص: ٥٧

(٢) مستدرك الوسائل، ٨، ٣٠٣، ٤٤- باب عدم جواز قتل الهرة والبهيم.

(٣) دروس من القرآن، الشيخ محسن قراءتي، ص٢٦٣

(٤) مناقب آل أبي طالب، ابن شهراشوب، ٤/ ٥٨

وهذا الإمام زين العابدين عليه السلام يفضي بوصاياه في مرضه الذي توفي فيه، ولم ينسَ ناقته التي أقلته في سفره، وصحبته في حضره، فقد أوصى ألا تؤذى ولا تضرب.

إنَّ هذا المستوى المتسامي من الرفق بالحيوان لا تجده في أي دين كما تجده في الإسلام، ولا تجده في أي سيرة كما تجده جلياً في سيرة نبي الإسلام وعترته الطاهرين صلوات الله عليهم. فأين جمعيات الرفق بالحيوان من هذه الصور الإسلامية المشرقة؟.

وإذا كان الحيوان له هذه الحظوة من الرفق والشفقة، فكيف بالإنسان الذي كرَّمه الله وفضله على كثير ممن خلق تفضيلا؟

***

العاطفة كالماء

يتميز كوكبنا عن غيره بهذا السائل العجيب (الماء)، الذي يُمثل أكثر مِن ٧٠٪ مِن مساحة الأرض.

الماء هو الحياة؛ به «قوامها ودوامها واستمراريتها»، منه خُلقت الكائنات، وهي في بحث دائم عن منابعه ومصادره، وحيثما وجد كان الخصبُ والنماء.

«وأي طعم لحياة لا عاطفة فيها؟»

وأي قيمة لعاطفة لا صدق فيها؟ فالعاطفة الصادقة البريئة تحوِّلُ سَمومَ الحياة اللافح إلى نسيمٍ أخاذ.

١. أينما وُجِدَ الماء وجِدَت الحياة بكلِّ لوازمها من تكاثر وتناسلٍ وتواصل، وما إن يُفتقد إلا وتباعدت الكائنات في شتاتٍ بحثاً عن مورد حياتهم. وأينما وجدت العاطفة أُحيطت الحياة بالحب، والتواصل، والتراحم، وازدحمت فيها عوامل الصلة، وتوهجت الحياة بالحياة فَـ (الموردُ

العـذبُ كثيرُ الزحام)[1]، وما إنْ تشـوبهُ الكدورة، ويفتقد لِصفائـه، وعذوبتـه، ويعجـزَ عـن تلبيـة حاجـات مريديه افتقدَهم شيئاً فشيئاً.

٢. حاجة النفس للعاطفة الصادقة كحاجة الجسم للماء، فكما أن الماء -الذي لا يمكن أن نتصور حياة بدونه[2]- إذا طغـى وفاض عن الحاجة، وخرج عن السـيطرة يتحول إلى مصدر خراب ودمار كما في الفيضانات، كذلك العاطفة غير المنضبطة والخارجة عن نطاق السيطرة تدمر حياة صاحبها، وتفسد علاقاته، وتتحول إلى مصدر موت، ودمار للحرث والنسل.

فقـوم النبـي نـوح عليه السلام أصبـح مصـدرُ حياتهـم وحياة البشريـة- (الماء) الذي جعل الله منه كل شيء حي- مصدرَ دمارهم وهلاكهم!، كما جاء في القرآن الكريم.

٣. وقد أنزل الله الماء بقدر متوازن مع حاجة الإنسـان، والكائنات على ظهر هذا الكوكـب «لاستدامة الحياة وحفظ استقرارها بلا زيادة مفسدة ولا نقيصة مُجدبة قال تعالى وهو يشـير إلى هذا المبـدأ التكوينـي: ﴿وَأَنزَلْنَا مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءًۢ بِقَدَرٍ

(١) مثلٌ يُضربُ فيمن عذُب لسانه، وحسنتِ سيرته، وكثر نفعه.

(٢) قال تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ ٱلْمَآءِ كُلَّ شَىْءٍ حَىٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ﴾- الأنبياء: ٣٠

﴿فَأَسْكَنَّٰهُ فِى ٱلْأَرْضِ ۖ وَإِنَّا عَلَىٰ ذَهَابٍۭ بِهِۦ لَقَٰدِرُونَ ﴿١٨﴾﴾[1] فمنسوب الماء الذي أسكنه الله في خزائن الأرض كاف لاستمرارية الحياة بكل أشكالها، وأي خلل على هذا الصعيد مردُّهُ إلى سوء إدارة الإنسان لعملية تقاسم المياه، والابتعاد عن خط العدالة...»[2] كذا العاطفة الفطرية الكامنة في أعماق الكائن البشري جديرة بتحويل حياته إلى سلام ووئام وسعادة واستقرار إذا ما أحسن توظيفها واستثمارها، ولكن الإنسان بسوء اختياره جفف منابع العاطفة مِن أعماقه بحرصه وطمعه وسوء استغلاله لأخيه الإنسان، أو فقدانه للعدالة في توظيف عاطفته كما سيأتي.

بعض الناس كنباتِ الصبار الصحراوي قادرٌ على التكيُّف دون الحصول على الماء لفترة طويلة، إنه يحاول مقاومة قسوة الحياة.

إذا أمطر الحبُّ فليس مِن الحكمة التفريط بهذه الثروة العظيمة، لا بُدَّ مِن حفظها لتعيننا على موسم الجفاف.. فللحبِّ موسم وللجفاف مواسم.

٤. الماء القابع في جوف الأرض مخزون له قيمته التي لا

(١) المؤمنون: ١٨

(٢) راجع: مجلة الفقاهة (في فقه الماء..) الشيخ حسين الخشن، العددان: ٦،٥، ١٤٣٠هـ/ ٢٠٠٩م، ص ١٦٥

تقدر بثمن، إذا ما استُخرِجَ واستُفيدَ منه، ولكن ما قيمته لمن لا يُحسِنُ استخراجه، واستثماره؟!.

كذا العاطفة الساكنة في سويداء قلوبنا يتعطلُ دورها المؤثر في الحياة لمن لا يُحسِنُ استخراجها، وتوظيفها.

كما أنَّ أكثر مِن ٦٨٪ من وزن أجسامنا قوامه الماء فكذلك أغلب معاملاتنا وتواصلنا المسؤول قوامه العاطفة والحُب.

«الماء أقلُّ كثافة في حالته الصلبة (الثابتة) مِن حالته السائلة (المتحركة)» والعاطفة تزداد قيمتها كلما أخذت طريقها إلى التدفق والعطاء.

٥. كما جعل الله من الماء كل شيء حي فقد جعل من العاطفة الصادقة كل قلب حي، وإنسانٌ بلا عاطفة ميت بين الأحياء!.

وكما أنَّ الماء لا يغني عنه شيء من نِعم الحياة ومتطلباتها،كذا العاطفة بكل تجلياتها لا يغني عنها شيء، لا الفكر الصرف، ولا المال المتكاثر، ولا الجاه العريض.

وما قيمة حياة لا حُبَّ فيها؟! هي والموت سيان، فكلُّ نِعَمِ الدنيا وزهرتها تفقد أريجها وفتنتها إذا تجردت من الحب.

يمكن تبادل الأفكار والقناعات والثقافات والمعارف عبر عاطفة الحُبِّ كما تنقل عناصر الغذاء مِن جلوكوز وأحماض أمينية ومعادن ودهون وغيرها مِن الأمعاء إلى الخلايا عبر الدم الذي يشكل الماء نصف حجمه تقريباً..

فالحب يترك بصماته الخفية على مجمل سلوكنا وممارساتنا مِن حيث لا نشعر.

٦. والعاطفة المكتومة الراكدة كالماء الراكد تصبح مصدراً للأوبئة والأمراض؛ لذا من الأهمية بمكان التعبير عن المشاعر والأحاسيس، وما يجيش بالخاطر؛ لأن تركها مكبوتة يراكمها على بعضها، وعبر ضغط الزمن تتحول إلى ما يشبه القنبلة الموقوته.

وكم هي المخاطر الناجمة عن استخدام المياه الملوثة؟، فهي تعرض الناس للأوبئة والأمراض الفتاكة، وتهدد الحياة.. والعاطفة الملوثة بالأنانية المقيتة، والمسممة بالنوايا الخبيثة تُخرِّب وتُدمر حياة كل مَن وقع ضحيتها!!.

والعواطف المزيفة كالأمطار والمياه الحامضية ذات التأثير المدمر على الأشجار والكائنات، وما يتصل بها مِن مياه عذبة.

٧. جميـلٌ هو الماء في تدفقه وجريانه..في صفائه وبهائه.. في سـحره وعطائـه..في إحيائه الأرض بعـد موتها..وجميلة هي العاطفة إذا تدفقت صافية مِن قلوبنا جارية على ألسنتنا بعذوبتها، وفي نظرة الرحمة مِن عيوننا، وفي لمسـة الحنان مِن اكفنا، ومواقفنا الإنسـانية، وإذا تنفست العاطفة الصادقة، وتحركت أحالت حياة صاحبها وحياة مَن حوله إلى روضة تعبق بالعطاء.

٨. لا تطهـر أبداننـا ممـا علق بها مـن أدران، وأوسـاخ، ونجاسـات إلا بالماء الطاهر المباح، المطلق، الذي لا إضافة فيـه، ولا غصـب، تلـك الطهـارة التي هي شرطٌ أسـاسي لصحة العبادة[1].. ولا تطهر أنفسنا مما علق بها من شوائب الحقد، والحسـد، والعداوة، والظنون السـوداوية، والكثير من المساوئ الأخلاقية ..إلا بالعاطفة الصادقة الخالصة.

٩. مـن المؤكـد أنَّ المـاء العـذب يـروي شـاربه، والمـاء الأجاج لا يروي أبداً.

هكـذا العاطفة الصافية، الصادقـة، النابعة من الأعماق، والتي لم تَشُـبهَا المصالح الذاتية، والمنافع العابرة، إنها تنعشُ متلقيهـا، وتحيـل حياتـه إلى حديقـة نـضرة، تـشرق بالفتنة

(١) قال تعالى: ﴿وَأَنزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُورًا﴾ الفرقان: ٤٨

والابتهاج.

أما العاطفة المشوبة فهي كالماء الملوث ضرُّه أقربُ من نفعه.

١٠. عندما يشتدُّ بنا الحرُّ في الصيف القائظ، وتتضاعف طاقتنا المبذولة، ونفتقد نسبة عالية من مخزوننا المائي؛ فيشتدُّ بنا الظمأ ما أحوجنا لتعويض ما فقدناه بماء بارد نقي عذب لا يُقَدَّرُ بثمنٍ. وإذا اشتد لفح الحياة بهمومها وتحدياتها المتتالية، وتضاعفت مسؤولياتنا ما أحوجنا للمسة حنان، ونظرة حب، وخفقة قلب، تنعش الروح، وتقوي القلب، وتحفز النفس لمواجهة الحياة بأكثر قوة وعزيمة.

١١. المسطحات الخضراء والبساتين النضرة التي ترفل بالحياة سرعان ما تتحول إلى خرائب صامتة، قد جفّت أغصانها الندية، ويبست أوراقها الراقصة، وتحولت إلى هشيم تذروه الرياح، لماذا؟

لأنها -بكل بساطة- حُرِمَت من مصدر الحياة (الماء).

كذا حياتنا الاجتماعية إذا افتقرت للمودة، والحب، والرحمة تحولت إلى غربة قاتلة، يتخللها اليأس، ويحيطها السأم، ويغمرها الظلام. فإذا كان للخرائب الصامتة،

والصحاري القاحلة قيمة فلمثل هذه الحياة قيمة!!.

١٢ . الماء يأخذ لون الإناء الذي يوضع فيه، وهو يتشكل بحسب حال مجراه، كذا العاطفة، واحدة في عنوانها متعددة في دلالتها تتجلى عند صاحبها بأكثر من وجه وآخر، مرة تظهر في الحب، وأخرى في الشفقة و الرحمة، كما أنها تتأثر بما تواجهه من مثيرات خارجية بشرية كانت أو بيئية.

١٣. كلما تنوعت مصادر الماء تنوعت مصادر الحياة، لمختلف الأحياء، فمياه البحار، غير مياه الأنهار، والأمطار.. وكلٌّ منها له وظيفته ودوره في التوازن البيئي، كذا العاطفة يكسب صاحبها ومن حوله غنىً بمقدار تنوع منابعها وروافدها، ومساحة توزعها.

إننا لنتفاءل بالماء أينما وجِد، كما نتفاءل بالقلوب الرحيمة، والصدور الحانية، والنفوس الكبيرة، التي تستدعي العواطف النضاحة بالحب، والإنسانية.

وبعد كل هذا ألا تتفق معي بأنَّ العاطفة كالماء؟.

البشرُ كالأرض التي خُلِقوا منها قد يعتريهم السكون والهمود، فلا حياة ولا إنتاج ولا حركة، وبعد نزول المطر تفترع النباتات التربة مؤذنة بعودة الحياة والحركة والجمال،

قال تعالى: ﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنَّكَ تَرَى ٱلْأَرْضَ خَٰشِعَةً فَإِذَآ أَنزَلْنَا عَلَيْهَا ٱلْمَآءَ ٱهْتَزَّتْ وَرَبَتْ ۚ إِنَّ ٱلَّذِىٓ أَحْيَاهَا لَمُحْىِ ٱلْمَوْتَىٰٓ ۚ إِنَّهُۥ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ قَدِيرٌ ﴿٣٩﴾﴾[1].

قد يعترينا الخمول والسكون والانقباض والضمور وفي لحظة صادقة تهطل علينا تعابير الود المخلص لفظياً وحركياً فإذا السكون حركة، وإذا الخمول نشاط، وإذا الانقباض إنتاج وعطاء، وإذا التشاؤم تفاؤل وأمل.

انظر إلى ذلك الطفل المنعزل عن أقرانه المستوحش من أترابه كيف حوَّلته البسمة الحانية المقرونة بعبارات الوِّد والإطراء إلى شعلة متوقدة بالنشاط والحماسة.

وتصوَر تلك الأم التي أضناها التعب وأرهقتها المسؤولية كيف أنستها عبارات الحبِّ المخلص إلى طاقة متجددة دافقة بالعطاء الذي لا يعرف النضوب، إنه الحُبُّ يا صديقي إنه الحُبّ، ولا أحد يستطيع تقدير ارتدادات الحب الخالص على منظومة علاقتنا إلا الله تعالى.

* * *

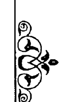
(١) فصلت: ٣٩، ويقول تعالى: ﴿...وَتَرَى ٱلْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَآ أَنزَلْنَا عَلَيْهَا ٱلْمَآءَ ٱهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنۢبَتَتْ مِن كُلِّ زَوْجٍۭ بَهِيجٍ ﴿٥﴾﴾ الحج: ٥



الفصل الثالث

أنواع العواطف ومجالاتها

- العاطفة المقدسة .
- العاطفة الصادقة .
- العاطفة المصطنعة .
- الانفصال العاطفي.



أنواع العواطف ومجالاتها

يأخذ الإنسان مداراتٍ ومساراتٍ في حياته تبعاً لما يضطرم بداخله مِن مشاعر، وما يهيمن عليه مِن عواطف، هذه العواطف والمشاعر ما كانت لتبرز ما لم تسبقها قناعات عقائدية، وفكرية، وثقافية، ومِن أهم العواطف التي تحدد مسيرة الإنسان في الدنيا ومصيره في الآخره الآتي:

١ - العاطفة المقدسة

العاطفة المقدسة تقوم على قناعة عقلية ثابتة، فكلما تأصل يقين الإنسان بفكرة ما عبر معايشتها بالتأمل والاستقراء والاستدلال ازداد تعلقه بها وإحساسه بأهميتها؛ ليؤكدها كواقع حركي يهيمن على مشاعره وفكره وحركته.

الحب من أشد العواطف تأثيراً في جوانب وأبعاد الشخصية الإنسانية، وتحديداً لمسار صاحبها، ومنهجه الدنيوي ومصيره الأخروي، و«من أهم الركائز التربوية في

الإسلام»،بل نجد الروايات تختزل الدين في الحب، المحرك لسائر الدوافع والقوى.وَ (هل الدين إلا الحُب)[1].

ومِن العواطف الفطرية المقدسة:

أ/ حُب الله تعالى

الأساس الذي تتمحور عليه سائر العواطف النبيلة، والصفات الحميدة، ومسار العلاقات التي تربط الإنسان بنفسه أو بغيره. وكلما ازداد الإنسان حباً لخالقه ازداد حباً وشفقة ونفعاً لعباد الله، بل لسائر خلق الله تعالى.

وحُبُّ الله عاطفة قائمة على عقيدة راسخة، يتأكد رسوخها كلما تعمقنا في التأمل في نظام هذا الوجود وتناسقه وانسجامه، وتعرفنا على جليل حكمته وعظيم نعمته وواسع رحمته، ويتجلى ذلك الحب عفوياً عبر الأخذ بما جاء عن الله تعالى باتباعِ رسوله ﷺ وخلفائه الأئمة الهداة الطاهرين عليهم السلام.

والنتيجة الطبيعية للأخذ عن هذين الثقلين والتسليم المطلق لهما التكامل الفكري والروحي والعملي الذي يجعل الإنسان في زمرة المتوكلين المحسنين التوابين المتطهرين

(١) مشكاة الأنوار، الفصل الخامس في المحبة والشوق، ص١٢٠

الذين شهِدَ الله تعالى على نفسه بحبهم.

الحُبُّ الحقيقي عاطفة قائمة على قناعات عقلية، نترجمها إلى ممارسة سلوكية لفظاً وحركة تضعنا على درب أحباء الله، وما يُحبه الله مِن فكر وعمل، نقرأ في الدعاء عن الإمام زين العابدين عليه السلام: (... **أسألُكَ حُبَّكَ، وحُبَّ مَنْ يُحِبُّك، وحُبَّ كُلِّ عملٍ يوصلني إلى قُربك، وأنَّ تجعلكَ أحبَّ إليَّ مما سواك..**)[1]، عندما تأخذنا جذبة الحُبِّ فسيهون العسير، ونستعذب الدرب إلى رضوان الله تعالى، معتصمين به عن معصيته.

والله أكرم مِن أن يترك مَن أحبه ووفد عليه، فكلما أخلص العبد حبه لخالقه أحبه الله جلَّ وعلا، وانعكس ذلك على حُبِّ سائر الخلق لـه، عن رسول الله صلى الله عليه وآله: (**إذا أحبَّ الله عبداً نادى جبريل إني أحببتُ فلاناً فأحبَّه.-قال:-فينادي في السماء، ثُمَّ تنزلُ لـه المحبة في أهلِ الأرض، فذلك قول الله: ﴿إِنَّ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ سَيَجۡعَلُ لَهُمُ ٱلرَّحۡمَٰنُ وُدّٗا ٩٦﴾**[2].

وإذا أبغضَ الله عبداً نادى جبريل: إني أبغضتُ فلاناً،

---

(١) مناجاة المحبين، الصحيفة السجادية.

(٢) مريم: ٩٦

فينادي في السماء ثُمَّ تنزل له البغضاءُ في الأرض)[١].

والمعرفة أساس المحبة وجوهرها فكلما ازدادت معرفة الإنسان بربه، ازداد تمسكاً بنهجه، وإيماناً به، وحباً له ﴿وَٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ أَشَدُّ حُبًّا لِّلَّهِ﴾[٢]، وتلك علامة لوحدة الشخصية وتماسكها، وهي -أي المحبة- قرين الإيمان (الإيمان في قلب الرجل أنْ يُحبَّ الله عزَّ وجل)[٣]، وعندما سئل ﷺ عن أي الناس أفضل إيماناً، قال: أصدقهم حُبّاً[٤]. نقرأ في الدعاء: (وَفَرِّغ قلبي لمحبتك، وأشغله بذكرك)[٥]، وفي دعاء كميل: (وَاجعل لساني بذكرك لهجاً، وقلبي بحبك متيماً). يتبين من خلال المقطعين السابقين العلاقة التلازمية بين الحب والذكر، فـ(مَن أحبَّ شيئاً أكثر ذكره).

والقلب المليء بحب الدنيا، المتعلق بشهواتها، المتطلع للآمال البعيدة عن الله تعالى غير مؤهل لأن تسكنه محبة الله؛ لذا ورد التأكيد على محاسبة النفس، وتفحصها، وإعادة تأهيلها بالتوبة الخالصة لأن تكون مُنشدَّةً إلى الله:

---

(١) منتخب حِكم النبي الأعظم ﷺ، عن سنن الترمذي، ج: ٥، ص ٣١٧، ح: ٣١٦١.

(٢) البقرة: ١٦٥

(٣) منتخب حكم النبي الأعظم، ص ١٠٦

(٤) منتخب حكم النبي الأعظم، ص ١٠٦

(٥) الصحيفةَ السجادية-الدعاء (٢١) دعاؤه إذا أحزنه أمر وأهمته الخطايا

(اللهم إني أتوبُ إليكَ مِن كُلِّ مَا خَالفَ إرادَتَكَ، أو زَالَ عَن محبَتِكَ، مِن خَطَرَاتِ قلبي، وحِكَاياتِ لساني)[1].

ويتنامى حب الله تعالى بالتفكر في بديع صنعه، وعظيم قدره، وواسع رحمته، وجليل كرمه، والاشتغال بذكره، والرغبة فيما عنده[2]، وبالطاعة المطلقة له جلّ ذكره، واتباع رسوله وأهل بيته الطاهرين صلوات الله عليهم أجمعين، وبالتسليم لله تعالى، والرضا بقضائه وقدره، والتقرب إليه بسائر الطاعات. واجتناب كل ما لا يرضيه، فهذا يتأكد الحب.

قال الشاعر:

وما ذاق طعمَ العيشِ مَن لم يكن لهُ
حبيبٌ إليـــهِ يطمئنُ ويسكنُ

---

(١) الصحيفة السجادية-الدعاء(٣١) دعاؤه عليه السلام في ذكر التوبة وطلبها

(٢) عن الإمام الصادق عليه السلام: قال رجل للنبي صلى الله عليه وآله: يا رسول الله، علمني شيئاً إذا أنا فعلته أحبني الله من السماء، وأحبني أهل الأرض.

قال: ارغبْ فيما عند الله يُحبّكَ الله، وازهد فيما عند الناس يُحبّكَ الناس. (تهذيب الأحكام، ج: ٦، ص ٣٧٧، ح: ١١٠٢).

الرغبة فيما عند الله تتمثل في الانقطاع إليه تعالى، وقطع الرجاء فيما هو دونه، والنظر إلى غيره بأنها أسباب ووسائل شاءت مشيئة الله أن تجري الأمور بها، وله القدرة على سلب هذه الأسباب خواصها، كما فعل في نار إبراهيم عليه السلام، فهو تعالى مسبب الأسباب من غير سبب. هذه الرغبة المتعاظمة في الله تعالى وما عنده تملأ الإنسان شعوراً بالقناعة والرضا والغنى عن سائر الخلق، فلا يرجو من أحد عطاءً، ولا شكراً، ولا ثناءً، يعطي ويخدم خلق الله ولا ينتظر من أحدٍ عوضاً، وهذا مدعاة لحب الناس لصاحب هذه الأخلاق الرفيعة.

وأي طمأنينـة أعظم، وسـكينة أجل مـن التقرب إلى الله بلذيذ مناجاته؟

الحب قد يذل العزيز، ويهين الكريم،

ويضعف الهِمَّة،

ويشتت الخاطر،

ويسلط الهموم على صاحبه،

ويُكَدِّرُ حياته،

إلا أنَّ حب الله تعالى على النقيض من ذلك فهو:

أساس كل عزة، وكرامة، ورفعة، وهيبة، وسؤدد،

بـه تتوحد هموم الإنسـان في همٍّ واحدٍ وهـو رضاه جلَّ ذِكره،

فتصفو الحياة،

وترقُّ الطباع .

تخاطب الشـاعرة رابعـة العدوية ربها بأبيـاتٍ بديعة تنمُّ عن ذوبان العشق، ولهفة الشوق.

أُحِبُّكَ حُبَّيْن: حُبَّ الهوى
وحُبّاً لأنكَ أهلٌ لذاكْ
فأما الذي هو حُبُّ الهوى
فشُغلي بِذِكركَ عمَّن سِواك
وأما الذي أنتَ أهلٌ لهُ
فكشفُكَ لي الحُجْبَ حتى أراكْ
فلا الحمدُ في ذا ولا ذاكَ لي
ولكن لكَ الحمدُ في ذا وذاك

ومن سمات هذا الحُب ومؤكداته كثرة ذكره تعالى والضراعة إليه؛ لأنْ (من أكثرَ ذِكر الله أحبَّهُ)[1] كما قال الرسول الأكرم ﷺ.

حينما تتجذر في داخلك لذة المناجاة، تشعر بغبطة الاصطفاء من الله لك، تحسُّ بقيمة إذن الله لك بمناجاته، وأن الملأ الأعلى يُعيرُكَ سمعه، وأمام هذه اللحظات العزيزة يرخص كل شيء عدا الحقيقة المطلقة التي لا تزول، بل يصبح كل شيء عدا الله وما يرتبط به ضرباً من الوهم ..

في تلك اللحظات فقط تحسُّ بقيمة الوجود، وعذوبة الحياة.

(١) منتخب حِكم النبي ﷺ، ص ١٠٧.

لا نحتاج من يعلمنا قيمة الارتباط بالله والحنين إليه؛ لأن ذلك فطرة ممتزجة بأصل التكوين، ومنسابة في الروح انسياب الدم في العروق، وملتصقة بالنفس التصاق اللحم بالعظم. بَيدَ أنه لا غنى لنا عمن يذكرنا بهذا، ومن يجلي الغشاوة والغيمة عن بصائرنا، من يشعل النور أمام عقولنا وقلوبنا، التي أضعناها في متيه الأماني، وطول الأمل، بحاجة لمن يوجه بوصلة حياتنا للاتجاه الصحيح؛ كي نحدد زاوية الانطلاق، ونوجه أشرعة سفينة الحياة نحو الرياح القادمة من عالم الملكوت؛ فلا نقلق من قوة الموج وارتفاعه[1].

ب/ حُب الرسول وأهل بيته

يتحدد مسار المحبة من خلال الارتباط بالله تعالى، فكلما ازدهرت علاقة الإنسان بربه اشتدَّ ارتباطاً وتعلقاً بكل ما هو قريب منه تعالى، وكلما ابتعد عن ربه ابتعد عن كل ما له صلة قريبة به جَلَّ ذِكره.

وهل هناك أقرب ممن جاء فيه ﴿فَكَانَ قَابَ قَوْسَيْنِ أَوْ أَدْنَىٰ

(١) ترنيمة الملكوت (مقاربات استجلائية في الدعاء وآثاره)، جاسم حسين المشرف، ط: ١، ١٤٢٩/ ٢٠٠٨، أطياف للنشر والتوزيع، القطيف، ص ٨٧.

﴿٩﴾[1] دنواً واقتراباً من العلي الأعلى»[2] ؟

وهل هناك مَن هو أقرب إلى الله ممن صَبُّوا ذوبَ عشقهم في الله، وتعلقت أفئدتهم منقطعة إليه تعالى، ولم يحيدوا عن نهجه طرفة عينٍ، مَن طهرهم الله من الرجس والدَنَس[3]، وفرض مودتهم على سائر الخلق[4]؟

يمثل رسولُ الله ﷺ وأهلُ بيتهِ المنتجبون التجسيدَ الأكمل لأسمى ما يمكن أن يصل إليه الإنسان مِن كمال في كل جوانب شخصيته الفكرية والروحية والأخلاقية وغيرها، ويتجلى هذا الكمال ناصعاً سنياً في سيرتهم المباركة، وتاريخهم المجيد.

إنَّ هذه العواطف المقدسة التي يؤكدها القرآن الكريم تجاه النبي وأهل بيته صلوات الله عليهم، وتجاه الأنبياء والصالحين لم تكن إلا وسيلة من أعظم الوسائل التربوية للإنسان حيث الانشداد للمثل الأعلى، والتجسيد الأكمل لقيم السماء[5]، والتي بها يحقق الإنسان دور الخلافة

---

(١) النجم: ٩

(٢) دعاء الندبة

(٣) ﴿إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا ﴿٣٣﴾﴾ - الأحزاب: ٣٣

(٤) ﴿قُل لَّا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَىٰ﴾ - الشورى: ٢٣

(٥) ﴿قُلْ مَا سَأَلْتُكُم مِّنْ أَجْرٍ فَهُوَ لَكُمْ﴾ - سبأ: ٤٧

في الأرض[1]؛ ليصل إلى المعرفة الحقيقة بربه، ورشده، وسعادته، وسكينته، وطمأنينته؛ لذا تجد أعذب المشاعر، وأرق الأحاسيس، وأصدق العواطف تتجلى لدى شعراء الفطرة الخاصة تجاه هذه الصفوة، يقول الشاعر دعبل بن علي الخزاعي في تائية الخالدة:

ملامك في آل النبي فإنهم
أحباي ما عاشوا وأهلُ ثقاتي
أحبُّ قصي الرحم مِن أجل حُبكم
وأهجرُ فيكم أُسرتي وبناتي
تخيرتُهم رُشداً لأمريَ إنهم
على كُلِّ حالٍ خيرة الخيراتِ
فيا رَبِّ زدني في يقيني بصيرةً
وزِد حبهم يا ربِّ في حسناتي

فالمحبة موقف مبنيٌ على أساس فكري لا عاطفة مجردة، تمليها علينا علاقاتنا الأسرية والاجتماعية وانتماءاتنا الطائفية وغيرها.

(١) قال تعالى: ﴿إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾- البقرة: ٣٠

ج/ حُبُّ العلماء والمصلحين

العلماء الربانيون الذين اقتفوا آثار الأنبياء والأولياء، وتمثلوا سمتهم، واستناروا بهديهم فنذروا نفوسهم لخدمة شريعة الله، وحماية دينه، فحرموا أنفسهم من مُتَع الحياة البريئة، ولذائذها، وضحُّوا بشبابهم، وأعمارهم، وأنفسهم لرفعة الدين، وعزة الإسلام، والذود عن حياضه؛ بمواجهة الشبهات، والضلالات، والهجمات الفكرية التي تريد انتزاع رُوحَ الإيمان من نفوس المؤمنين. وسلكوا بالناس طريق الفلاح والرشاد.

والمجاهدون والشهداء والمصلحون الاجتماعيون عبر التاريخ الإنساني هم أوتاد الأمة وفخرها الذي به تسمو وتعتز.

مثل هؤلاء محبتهم مِن محبة الله ورسوله ﷺ، وما تعلقت قلوبنا بهم، وهَفت نفوسنا إليهم إلا بمقدار ارتباطهم بالله تعالى، فأصبحوا أسوة شاخصة، وقدوة قائمة، لمن أراد أن يسترشد السبيل. فأقدس العواطف (الحُب في الله والبغض في الله)[1].

(١) حديث شريف.

عن أنـس عن رسـول الله ﷺ: (ألا أخبركم عن أقوام ليسـوا بأنبيـاء ولا شـهداء، يغبطهـم يـوم القيامـة الأنبياءُ والشـهداءُ بمنازلهـم مِن الله عَـزَّ وجل، على منابـرَ مِن نورٍ يكونون عليها. قالوا: مَن هُم؟

قال: الذين يحببون عبادَ الله إلى الله، ويحببونَ اللهَ إلى عباده، وهم يمشون على الأرض نصحاء.

قـال: قلنـا: يحببون الله إلى عبـادِ الله، فكيفَ يحببون عباد الله إلى الله؟!

قال: يأمرونهم بحـبِّ الله، وينهونهم (يعني عمَّا كره الله) فإذا أطاعوهم أحبهم الله)[1]

❊ ❊ ❊

(١) المحبة في الكتاب والسنة، ص ٢١٣.

٢- العاطفة الصادقة

يقول الإمام أمير المؤمنين عليه السلام: **(المودة تعاطفُ القلوبِ في ائتلافِ الأرواح)**[١]

تُعتبر المودة الصادقة الخالصة سمة الإنسان السوي، وعلامة للمؤمن العاقل، الذي سلمت فطرته من شوائب الحقد، والحسد، والرذائل الأخلاقية.

قال أمير المؤمنين عليه السلام: **(المؤمن مألوفٌ، ولا خيرَ فيمن لا يألفُ ولا يؤلَف)**[٢]، وَ **(رأسُ العقلِ بعد الإيمان بالله عزَّ وجلَّ التَّحَبُّبُ إلى الناس)**[٣].

وتأخذ العاطفة الصادقة أبعاداً تمتدُّ بامتداد علاقاتنا الإنسانية، بدءاً بالأقربين إلى أبعد الناس.

---

(١) غرر الحكم :١٠٢٤٦ ص ٣٥٢
(٢) الكافي، ٢، ١٠٢ ، باب حسن الخلق، ص : ٩٩
(٣) بحار الأنوار ٧٤/ ١٥٨/ ٦

أـ في الأسرة

هي المؤسسة الأولى التي تُصاغ فيها شخصية الفرد، ويتلقى فيها قيمه، ومبادئه الأولية، ولا تحقق الأسرة أهدافها إذا افتقرتْ للعاطفة، والمحبة، والشفقة، والرحمة.

لذا ورد التأكيد على التربية العاطفية المتوازنة، وأهميتها في بناء الفرد الصالح لنفسه، ومجتمعه، وأمته.

* * *

١ . الوالدان

قال تعالى: ﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوٓا۟ إِلَّآ إِيَّاهُ وَبِٱلْوَٰلِدَيْنِ إِحْسَٰنًا ۚ إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ ٱلْكِبَرَ أَحَدُهُمَآ أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُل لَّهُمَآ أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴿٢٣﴾﴾[١]. وتقول السيدة الزهراء عليها السلام: (..وبر الوالدين وقاية من السخط)[٢]، وورد عن رسول الله صلى الله عليه وآله: (مَن سرَّه أنْ يُمَتّع لهُ في عمره، ويُزادَ لهُ في رزقِهِ فليبرَّ والديهِ، وليَصِلَ رحمَهُ)[٣]،ولعظيم مقام الوالدين ربط الله توحيده في العبادة بالإحسان لهما، وأعتبر النظر لهما رحمة ومحبة بمثابة العبادة

---

(١) الإسراء: ٢٣

(٢) الخطبة الفدكية للسيدة الزهراء عليها السلام.

(٣) منتخب حكم النبي صلى الله عليه وآله، ص ٤٦٨، عن الترغيب والترهيب، ج: ٣، ص ٣١٧.

كما في الرواية. وينبغي أن يكون سلوكنا معهما كما جاء عن الإمام زين العابدين عليه السلام: **(اللهمّ خَفِّض لهما صوتي، وأطِب لهما كلامي، وألِن لهما عريكتي، وأعطف عليهما قلبي، وصيرني بهما رفيقاً، وعليهما شفيقاً)**[1]. ويعتبر عقوق الوالدين من أكبر الكبائر بعد الشرك بالله تعالى.

ينأى بعضنا عن واجباته وكأنه كوكب أضاع مداره الذي يجب أن يكون فيه، وينسى والديه.. يستجديان منه العطف والاهتمام استجداءً، ولا يرى منه إجابة، وهو لاهٍ في حياته، وهذا من أشد الأمور إيلاماً للوالدين، ألا يعتبر هذا نوع من العقوق؟!.

٢. الأرحام

الرَّحم من أوثق وشائج الصلة الإنسانية، والأرحام: هم مَن تنتمي وإياهم إلى أصل واحد من جهة الأب أو الأم، أو كليهما معاً.

وقد أكد القرآن الكريم على رعاية حقوق القرابة النسبية بقوله تعالى: ﴿وَاتَّقُواْ اللّهَ الَّذِي تَسَاءلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ①﴾[2]

---

(١) الصحيفة السجادية، (٢٤) دعاؤه عليه السلام لأبويه.

(٢) النساء: ١

ولمكانة صلة الرحم وما يترتب عليها من آثار نفسية، واجتماعية عظيمة أضحت سبباً في طول الأعمار، وزيادة العدد، والأرزاق، تقول الصديقة الطاهرة سلام الله عليها في خطبتها المعروفة، في معرض سردها لفلسفة أحكام الإسلام: (**..وصلة الأرحام منسأة في العمر، ومنماة في العدد**)[1].

وعواطفنا تجاه الإخوة، والزوج، والأولاد فطرية يجب تعهدها بالرعاية والاهتمام، فالرحم أحوج للمحبة من الأصحاب،(..والقرابة إلى المودة أحوجُ من المودة إلى القرابة)[2]

* * *

ب ـ في المجتمع

اعتبر الإسلام المودة في الله بمثابة الرحم بل (**المودة أقربُ نسب**)[3] كما ورد عن أمير المؤمنين عليه السلام، ومقياس القرب والبعد قائم على المودة الصادقة لا النسب فـ(**القريبُ من قربتهُ المودةُ وإنْ بعُدَ نسبُهُ، والبعيدُ مَن باعدتهُ المودةُ وإنْ**

(١) الخطبة الفدكية للسيدة الزهراء عليها السلام
(٢) سجع الحمام في حكم الإمام أمير المؤمنين عليه السلام، ح: ١٧١١، ص ٢٥٢.
(٣) غرر الحكم ح: ٢٨٥

قُرْبَ نسبةُ)[1] كما وردَ عن رسول الله ﷺ.

وقد جاء في الأثر: (**الأخُ المُكتَسبُ في الله أقربُ الأقرباء، وأرحمُّ من الأمهات والآباء**)[2] وفي رواية (أحمُّ) بدل (أرحم) وهي بمعنى أقرب وأدنى[3].

وقد أعلى الإسلام مِن شأن العاطفة الصادقة واعتبرها المرآة التي تعكس الشخصية المؤمنة، فبقدر ما يحمل المؤمن مِن حُبٍّ لإخوانه المؤمنين خاصة وللناس عامة تكون له الحظوة في القرب من الله تعالى شريطة أن يكون هذا الحُبّ متمحوراً حول رضا الله تعالى، عن رسول الله ﷺ: (**وُدُّ المؤمنُ للمؤمنِ في الله مِن أعظم شُعَبِ الإيمانِ. ألا ومَنْ أحبَّ في الله، وأبغَضَ في الله، وأعطى في الله، ومنعَ في الله فهو مِن أصفَياءِ الله**)[4]

ومجالات العاطفة رحبة برحابة الحياة مع الأصدقاء، وزملاء العمل، وفي علاقة الرئيس بمرؤوسيه، والمعلم مع طلابه، والطبيب مع مرضاه، .. مع مَن تختلف معهم، ومَن تأتلف، وفي مجال الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر،

---

(١) بحار الأنوار، ٧٨/ ١٠٦/ ٥

(٢) غرر الحكم، ح: ١٨٤٥

(٣) كما جاء في (النهاية: ١/ ٤٤٥)

(٤) الكافي، الكليني، ج: ٢، ص ١٢٥

والإصلاح، والكثير الكثير من المجالات التي لا يسعنا المقام لتفصيل تناولها.

❊ ❊ ❊

العاطفة الصادقة غنى

في العاطفة الصادقة إيمانٌ قائم على التفهم والوعي والقناعة، وفيها عِوَضٌ مِن كُلِّ حِرمان، وليس في غيرها عِوضٌ عنها، ومِن أمثلة ذلك:

◘ قد يُحرم البعض مِن الصحة والعافية إثر عارض صحي، أو مرض مزمن عضال- وكم هي عزيزة العافية، فلا يعرف قيمتها إلا مَن افتقدها - ولكن عندما يتوافد عليه الأرحام والأصدقاء لعيادته، والاطمئنان عليه فإنَّ هذا السلوك الأخلاقي العاطفي النبيل قد يُنسي المريض أشد الألم، ويخفف عنه العناء، ولو لفترة مِن الزمن؛ لذا ورد التأكيد في الروايات على عيادة المريض.

◘ قد يُصابُ الإنسان بفقد عزيز-لا سمح الله-ولكن في عزاء الناس ومواساتهم سلوة تخفف عنه ألم الفقد، ولواعج المصاب.

◘ وقد يعاني الإنسان الفقر والعوز والحرمان غير أنَّ

في عاطفـة الحـبِّ التي تظهر عـلى جمال المُحيا، والابتسـامة المشرقـة، والكلمـة الطيبـة التـي تملأ حيـاة ذلـك الفقير في بيتـه وبين أهله ومجتمعه غنـى لا تدانيه أموال الدنيا مجتمعة في بيت تسـتعر فيه نـار الضغينة، ويلتهب فيـه جمر العداوة والكراهية، وهكذا.

لا نستطيع أنْ نسعَ العالم بأموالنا مهما أُتينا مِن ثراء، ولكن نسـتطيع أنْ نسـعَ الكون كله بِحُبِّنا، وقد قالها سيد الأولين والآخريـن، وحبيب إله العالمين ﷺ: (**يا بني عبد المُطَّلِب إنكم لن تسعوا الناسَ بأموالكم فسعوهم بأخلاقكم**).

في العاطفـة الصادقـة غنى عن كُلِّ ما سـواها، وليس في سواها غِنىً عنها.

❊ ❊ ❊

٣- العاطفة المصطنعة.

أ/ المجاملات الجوفاء.

ومـا أكثرها في عصر بروز الأشـكال وانكفاء المضامين، إذ تجد استـدعاء معجـم العواطف النبيلة أسـهل ما يمكن استعماله: (حبيبـي- عيوني-روحـي- قلبـي..) ويسرف البعض في اسـتخدامها مع مَن يعرف ومَن لا يعرف!،فهل لاستخدام هذه المفردات حقيقة ومصداق؟

وقـد يَـتَـزَيَّـا بالهـوى غَــيرُ أهـله
وَيستَصحِبُ الإنسانُ مَن يُلائِمُه[1]

مَـن بالغ في مدحك والاحتفاء بـك لحاجة عابرة، وعلى غير أساس، بالغ في ذمك، والتبرؤ منك على أقل خلاف.

كثـيراً ما ينخدع البسـطاء بالكلام المعسـول، والأحلام الوردية التي يوحيها لهم مَن أراد استغلالهم، وإذا ما قُضيت الحاجة، واستنفدت المصلحة عاد العاشق بخفي حنين!.

(١) ديوان المتنبي، ص ١٦٧

ب/ مصانعة الناس

قد تبتلى بمَن لا تلتقي معه في مبدأ، ولا تنسجم معه في منهج، أو لا ترتضي له خلقاً، ولكن لا بُدَّ مِن مصانعته، ومجاملته؛ لحاجة مهمة توقفت عليه. وكثيراً ما نلجأ للتصنع مع مثل هؤلاء في وظائفنا، ومعاملاتنا الرسمية، وأسفارنا.

يقول المتنبي:

ومِنْ نَكَدِ الدُّنيا على الحُـرِّ أنْ يرى
عَـدُوّاً لـهُ ما مِـن صَـدَاقَتِهِ بُـدُّ[1]

وفي قِبال ذلك تجد مَن يتحين الفرص بعدوه، أو مَن لا يلتقي معه في مبدأ؛ ليفجر جام غضبه، وحقده، وعداوته عليه، وهذا ما لا يرتضيه مبدأ ولا دين. قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ كُونُوا۟ قَوَّٰمِينَ لِلَّهِ شُهَدَآءَ بِٱلْقِسْطِ ۖ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَـَٔانُ قَوْمٍ عَلَىٰٓ أَلَّا تَعْدِلُوا۟ ۚ ٱعْدِلُوا۟ هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ ۖ ﴾[2].

العواطف السلبية لا تبرر السلوك السلبي تجاه الآخرين، كما أنَّ العداوة لا تبرر الحيف والظلم، ويجب ألا تحجب

(١) ديوان المتنبي ص ١٣٢
(٢) المائدة : ٨

نفسك عن الإنصات لرأي العدو فيك فلعلَّ لما يعيبكَ به واقع يجب تركه والتخلص منه.

ومِنَ السعداوةِ ما ينالُكَ نفعُهُ
ومِنَ الصداقةِ ما يضُرُّ وينفَعُ[1]

❊ ❊ ❊

وكم هو الفرق بين مَن يتحرك لتحقيق منفعة ذاتية، يُمَحور كل فعالياته اللفظية والحركية عليها، وبين مَن يتحرك لتحقيق رضا الله تعالى سواء قدَّرَ الناس جهده، وحبه أم لم يقدروه!.

الأول يضحي فريسة الإحباط وخيبة الأمل عند أدنى فشل يعترضه، أو خسارة يكابدها، بينما الثاني يبقى محتفظاً بسكينته واستقراره النفسي، ويعدُّ ما يكابده ويعانيه من خسارة أو فشل نوعاً من الامتحان وتجربة عليه استثمارها، ويشعر بأن الله يُثَمنُ جهده ومعاناته.

❊ ❊ ❊

(١) ديوان المتنبي ص ٤٧

الانفصال العاطفي

وأكبر ما يهدد كيان الأسرة ويجعلها عرضة للتضعضع والانهيار الانفصال العاطفي، أن يكون الفرد في الأسرة وليس فيها، بين أفراد عائلته بجسده بعيداً عنهم بروحه، وفكره، وهمومه وتطلعاته، لا يكترث بهم وبما يشغلهم، لا يتحسس همومهم ومتاعبهم، ولا يتودد إليهم.

ويزداد الوضع سوءاً عندما تضعف أو تنعدم المشتركات الثقافية، والاجتماعية، والذوقية، وغيرها بين أفراد الأسرة، فللأب مزاجه وذوقه وميوله الخاصة المختلفة تماماً عن ميول وتطلعات الأم، والأبناء لهم هواياتهم، واهتماماتهم، كُلٌّ في عالمه، فلا تجد حواراً مشتركاً يجمعهم، ولا برامج وموقعاً إلكترونياً محبباً يجتمعون عليه ﴿بَعُدَتْ عَلَيْهِمُ ٱلشُّقَّةُ ﴾[1] وتتوسع الهوة والفاصل بين أفراد الأسرة كلما ازدادت عوامل الربط ضعفاً وبعداً.

وبالطبع نحن لا ندعو إلى الانصهار في ميول وتطلعات

(١) التوبة: ٤٢

بعضنا وتجاهل ميولنا وتطلعاتنا الخاصة، وإنما نؤكد على المشتركات الثقافية في قنوات التنمية الفكرية، وتشكيل القناعات من خلال اللقاءات المباشرة والحوار، والنشاطات المشتركة كل ذلك كفيل في تقليل الهوة وتقليص الفجوة بين أفراد المجتمع الواحد فضلاً عن الأسرة الواحدة.

وقد أسهمت وسائل الاتصال الحديثة، والترفيه في تأصيل حالة الانفصال هذه عبر ركون الوالدين والأبناء إلى تلك البرامج الفضائية المتنوعة والتي تلبي ميل ورغبة وتطلع كل منهم، وعبر التواصل مع العالم الخارجي ومصادر المعلومات المتعددة(بالانترنت) والهواتف النقالة، والتي جعلت الكثير منا يسطو على وقت الأسرة، على حساب إشباع فضوله، ونهمه، وميوله، فالأب والأم والأبناء تحت سقف واحد وفي عوالم متعددة، فهذا يتسلى بالألعاب وذاك يتابع نشرة الأخبار، وتلك منسجمة مع مسلسل، وآخر مندمجٌ في الانترنت، بينما أحدهم يثرثر في جواله.

وقد يطال هذا الانفصال أوقات الوجبات اليومية فلا تكاد تجتمع الأسرة على مائدة!، فمتى يتلاقى الأرحام؟ ومتى يتعرف بعضهم على أوضاع الآخر؟

***



الفصل الرابع

الحب أعذب العواطف الإنسانية

- حاجتنا للحب
- لكي نحفظ الحُبّ
- احذر قسوة الحُبِّ
- مُكابدةُ الحُبِّ
- إياكَ والحُبّ الأعمي

الحب أعذب العواطف الإنسانية

حاجتنا للحب

إنّ تبادل الحب العذري النقي حماية للمحب والمحبوب من سطوة الشعور بالغربة ووحشتها، ونأي بالنفس عن الكثير من المساوئ الأخلاقية، كالحسد، والبغض، والقطيعة. تلك المساوئ التي لا تجد لها شفرة للدخول في قلوب تراقصت على إيقاع الحب والوفاء.

وما مِن خلاف أو نزاع أو حرب واضطراب إلا ومِن ورائه غياب الحب والعاطفة الصادقة لأنَّ الحب والبغضاء لا يجتمعان، وإذا حضر الحُبُّ رحل النزاع والخلاف.

لذا نجد الشخصية الإسلامية مطالبة في فعالياتها الاجتماعية أن تنتقل بنفسها وبالآخر من مسوغات البغض إلى مدعمات الحب، من خلال الدعوة إلى الإحسان للمسيء، والعفو عن المخطئ، وتقبل العذر، والمبادأة

بالسلام، وعيادة المريض، والتزاور، وإصلاح ذات البين.. والكثير من الأخلاقيات التي تطفح بها الشريعة.

جاء في دعاء مكارم الأخلاق لإمامنا زين العابدين عليه السلام (اللهم صل على محمد وآل محمد، وأبدلني مِن بغضةِ أهلِ الشَنَآنِ المحبةَ، ومِن حَسَدِ أهلِ البغي المودةَ، ومِن ظِنَةِ أهلِ الصلاحِ الثقةَ، ومِن عَداوةِ الأدنين الولايةَ، ومِن عقوقِ ذوي الأرحامِ المبرةَ، ومِن خذلانِ الأقربينَ النصرةَ، ومِن حُبِّ المدارينَ تصحيحَ المِقَة، ومِنْ رَدِّ الملابسين كرمَ العشرةِ، ومِن مرارةِ خوفِ الظالمين حلاوةَ الآمنة)[1].

«هذا النص يتضمن تسع حاجات أمنيّة هي: الأمن أو الحماية من الحاقدين، والحساد، والمتهمين، وعداوة الأدنين، وقطيعة ذوي الأرحام، وخذلان الأقارب، والحب الزائف، والقسوة، والظلم.

إنَّ هذه الحاجات التسع تبدو وكأنها حاجات فعلاً، تحسُّ الشخصية المسلمة بأهمية توفرها.

فهي تُطالِبُ بأن يُحبها الآخرون بدلاً من الحقد عليها،

وتطالب بأن يودها الآخرون بدلاً من أن يحسدوها

(١) الصحيفة السجادية، دعاؤه في مكارم الأخلاق ومرضي الأفعال

وأن يحسنوا بها الظن بدلاً من توجه التهم إليها

وأن يواليها ويبرها وينصرها.

وأن تعيش بمنأىً عن الأذى الذي يلحقه بها الظالمون، السلطة أو أية جماعة، أو فرد يعرضها للأذى»[1].

هذه الحاجات يسعى الإنسان لتأمينها لنفسه ولمن حوله، وما أجملها عندما يعيشها في أجواء الصداقة الرحبة، فيحسُّ بالطمأنينة تغمره.

وأقسى ما على الإنسان افتقاد هذه الحاجات في أجواء الأصدقاء والأقربين، قال الشاعر الجاهلي طَرفة بن العبد:

وظُلم ذوي القربى أشدُّ مضاضة
على المرءِ من وقعِ الحسام المهنَّدِ[2]

***

---

(١) دراسات في علم النفس الإسلامي، د. محمود البستاني، دار البلاغة، ط١ ١٤٠٨هـ ج١، ص٢٧٣.

(٢) الصداقة من واقع التجربة، جاسم حسين المشرّف، دار الكاتب العربي ط: ١ ، ١٤٢٨هـ/ ٢٠٠٧م، ص ١٣١-١٣٢

لكي نَحفَظ الحُبَّ

إنَّ للتعلق والحب سِراً مجهولاً يصعب تبريره وتفسيره، غير أنَّ هناك أسباباً جليةً ظاهرةً تؤكد الحُبَّ وتدعمه، ومنها:

تعهد بستان المحبة

أ/ بالسؤال عن المحبوب، والاهتمام بشأنه[1].

وكَثيرٌ مِنَ السؤالِ اشتياقٌ
وكَثيرٌ مِن رَدِّهِ تعليلُ[2]

كثيراً ما يدعي بعضنا الشوق لصديقة وحبيبه ولكنه لا يكلف نفسه زيارته، أو حتى الاتصال به ومراسلته، رغم سهولة ويسر، وتنوع وسائل الاتصال الحديثة.

إذا كنا ننتظر التخلص من شواغلنا والتزاماتنا فنحن واهمون، يقول المتنبي في هذا المعنى:

---

(١) راجع الفصل الخامس من: الصداقة من واقع التجربة للمؤلف.
(٢) ديوان المتنبي، ص ٢٧٦

وما أنا مِمَّنْ يدَّعِي الشوقَ قلبُهُ
ويحتجُّ في تركِ الزيارةَ بالشُّغلِ[1]

ب/ ما أسوأ البخل على العَطِشِ الظامئ بشربة ماء نستطيع تقديمها إليه، وأسوأ من ذلك أن نبخل على من نُحِبُّ بكلمةٍ تشفي غليله، وتخففُ وجده، وتروي جدب روحه.

وأقسى من هذا وذاك أن تصفو لمن لا يصفو لك!

ج/ لا تصغ للوشاة، يقول أمير المؤمنين عليه السلام: (مَن أطاعَ الواشي ضيَّعَ الصديق)[2]؛ لأن تصديق الواشي، وترتيب الأثر على ما صدر منه ضرب لصميم الثقة التي عليها تقوم دعائم العلاقات الإنسانية. ولا يطيع الوشاة والنمامين إلا مَن سقمت مودته.

وتبقى النميمة هي النميمة سيئة الغاية قبيحة الأثر، وإن حاولوا تسويغها بمختلف الذرائع والعلل. فلا تحطم ثقة سنين بوشاية ساعة.

د/ إياك وسوء الظَن، (فإنَّ الشُّكوكَ والظُّنونَ لواقِحُ الفِتَنِ، ومُكَدِّرَةٌ لِصَفوِ المنَائِحِ والمِنَن)[3]

(١) ديوان المتنبي
(٢) غرر الحكم، ح: ٢٣٩، ص ٢٢٢
(٣) الصحيفة السجادية

هـ/ لا ترج المودة من حسود، فكل واحد من الناس قابل لأن يكون لك حبيباً، فالعدو قد يتحول إلى حبيب، والبعيد إلى قريب، والفاسق إلى مؤمن، إلا الحاسد الحاقد ما لم يتدارك واقعه، وما أصعب هذا الداء، وأشد عناء صاحبه!.

سوى وجع الحُساد داوِ فإنهُ
إذا حلَّ في قلبٍ فليس يحولُ
ولا تطمعن من حاسد في مودة
وإن كنتَ تُبديها لهُ وتُنيلُ[1]

و/ إنَّ تحول التودد والمحبة إلى ظاهرة سلوكية يتطلب حِسًّا مرهفاً، وتذوقاً لمعاني الجمال، المادي والمعنوي، اللفظي والحركي، وهذا يستدعي الاهتمام بما ينمي هذا الذوق، والإحساس بمتابعة وقراءة، وتذوق الأدب بأجناسه، والفنون الجميلة، من رسم ونحت، وغيرها.

يقول الإمام أمير المؤمنين عليه السلام: (عوِّد لسانكَ لينَ الكلام، وبذلَ السلام، يكثر محبوكَ، ويقل مبغضوك)[2]

* * *

(١) ديوان المتنبي، ص ٢٣٠

(٢) غرر الحكم، ح:٥٥٠٦، ص ٢٠٤

احذر قسوة الحب

يقـول الشـاعر الكبير محمـود درويش: «أنقذونا من هذا الحبِّ القاسي».

أيكون الحب قاسيا؟!

قد يكون الحب قاسياً على المحب والمحبوب ومَن حولهما؛ فعندما يكون هناك إيغالاً في الحب إلى درجة تجاهل عيوب المحبـوب وإخفـاء سـيئاته، فتنـأى الموضوعيـة والعقلانية في الحكـم والتقدير، بحيـث يدان المجتمـع ولا يدان ذلك المحبـوب، وتُخَطَّأُ الأمة كلهـا ويبقى ذلك المقدس صاحب الرأي الصائب! فإنَّ هذه جناية لا تدانيها جناية.

من جهة أخرى قد يستغرق المحب في الإبحار في زورق عشـقه إلى درجـة لا يـرى إلا جانبـاً من جوانب شـخصية محبوبه؛ فيغفل عما يتمتع به من جوانب موضوعية مشرقة.

وقـد تُجهِزُ الغـيرة الخارجة عن حَدِّ السـيطرة على عرش المحبة.

وقد يؤذي المحب حبيبه بكثرة التدقيق بصغائر الأمور، وشدة عتابه المتكرر، وحساسيته المفرطة؛ ليحول -من حيث لا يشعر- دنيا المحبة إلى جحيم لا يطاق.

يُجَشِّمُكَ الزمانُ هوىً وحُبَّاً
وقَد يؤذي مِنَ المِقَةِ الحَبيبُ(١)

وقد يبكي متألماً لِما حلَّ بمحبوبه مِن ألم، أو ظلم، وحَيفٍ، فتطغى العاطفة، ولا يفكر كيف ينتشله مِن ألَمِهِ ومعاناته؟!.

وقد يهيم في عشقه فلا يحسُّ بمعاناة محبوبه وشكواه وحاجاته، ويبقى متغنياً على وتر أو وترين معطلاً بقية الأوتار والتي قد تكون أجملُ إيقاعاً، وأكثر إبداعاً، وأروع تأثيراً.

وأقسى مِن ذلك تلك الأم التي جعلت من أولادها اتكاليين، لا يفكرون، ولا يعملون، ولا يعتمدون على أنفسهم حتى في أكثر الأشياء خصوصية...سلبتهم حريتهم واستقلالهم باسم الحب لهم، والخوف عليهم. وقديماً قالوا: ومِنَ الحبِّ ما قتل.

فإذا كان بعض الحب كذلك أفلا يكون قاسياً؟.

***

(١) ديوان المتنبي ص ٢٣١

مكابدة الحُبِّ

وقد يعاني المحب من فراق مَنْ أحب، أو عدم مبادلته المشاعر والأحاسيس، وانشغاله بغيره، يقول الشافعي:

ومِن الشقاوةِ أنْ تُحِبَّ
ومَنْ تُحِبُّ يُحِبُّ غيرك

وبما ينسب إليه:

ومِن البليةِ أنْ تُحبَّ
فلا يُحِبُّكَ مَن تُحِبُّهْ
ويَصدُّ عنك بوجهه
وتُلِحُّ أنتَ فلا تُغِبُّهُ

ويقولُ في موردٍ آخر:

فما كُلُّ مَن تهواهُ يهواكَ قلبهُ
وما كُلُّ مَن صافيتهُ لك قد صفا

إنَّ الاستغراق في الرغبة في وصال مَن تعذر وصاله، وقُربِ مَن صعُب قُربه، وودِّ مَن لا يبادلك الودَّ، أو الرغبة

فيمـن كان فيك مِـن الزاهدين يمثـل معاناة وألماً أكبر مِن أن يوصـف عند الكثير من الناس، كما يمثـل وأداً عاطفياً، يُعيدُ تشكيل البنية العاطفية لصاحبة[1]، وتتطلب مكابدته، وتجاوزه منظومة عالية مِن القيم.

إنَّ هذه المعاناة تجدها حاضرة لدى فتاة أعجبت بسـمت شاب وأخلاقه، ورجولته وتمنته أن يكون فارس أحلامها، وشريـك حياتهـا. أو لدى شـاب وجدَ في نفسـه الميل لفتاة مـا فأحبها وتمنـى وصالها؛ لتكـون له زوجـاً، ولأبنائه أماً، وتشـاء الأقـدار بأن لا هذا، ولا تلك يصـل إلى ما تمنى، أو يحصـل على ما يريد. وما أكثـر الحرمان في حياة طُبِعت على الكدر؟!.

فكيف الخلاص من هيمنة العشق؟

ولا يُسـلِي من هذا الأسـى إلا تقبل الواقـع، والرضا بما قسم الله وقدَّر، وتفويض الأمور إليه تعالى، والانفتاح على الحيـاة بأكثر عقلانية واتـزان، فمن خلـق ذاك الكمال قادر على خلق مَن هو أكمل، ولم تعقم أرحام النساء، وأصلاب الرجـال مِن أن تأتي بمن هو خـير وأجمـل. ثُمَّ ما يدريـك

---

(١) الأدب والفن معاناة، وما أنتجته الحضارات الإنسـانية عبر التاريخ من روائع الفنون والآداب تكوَّنَ في رحم المعاناة وتربى في حضنها.

﴿وَعَسَىٰٓ أَن تَكۡرَهُواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ خَيۡرٞ لَّكُمۡۖ وَعَسَىٰٓ أَن تُحِبُّواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ شَرّٞ لَّكُمۡۚ﴾[1].

ومِن جهة أخرى تحاول أم الضحاك المحاربية[2] مقاربة هذه الأزمة العاطفية المستمرة باستمرار التواصل الإنساني بأبيات تنبئ عن وعيها الكبير بمعاناة العاشقين ومكابدتهم، واقتراحها حلولاً تخفف هذه المعاناة بقولها:

سَألتُ المحبينَ الذين تحمَّلوا
تباريحَ هذا الحُبِّ مِن سالفِ الدَّهرِ
فقلتُ لهم: ما يُذهِبُ الحُبَّ بعدما
تبوأَ ما بينَ الجوانِحِ والصَّدرِ
فقالوا: شِفاءُ الحُبِّ حُبٌّ يُزيلُهُ
بآخَرَ أو نأيٌ طَويلٍ على هَجرِ
وَباليأسِ حتى تَذهلَ النفسُ بعدما
رَجَتْ طمَعاً واليأسُ عونٌ على الصبرِ

***

(١) البقرة: ٢١٦

(٢) شاعرة مِن العصر الجاهلي.

الحُبُّ بلا مبدأ

واهمٌ مَن يقول: إنَّ الحُبَّ الحقيقي بلا قانون، ولا مبادئ ولا شروط!.. ليس في الوجود أي عشوائية واعتباط، الكون بأسره مِن أصغر ذرة إلى أكبر مجرة قائم على النظام، القانون.

قد يصل ببعضهم أن ينسلخَ مِن عقيدته ودينه الذي به قوامه وقيمته لا لقناعة سوى عاطفة الحُبِّ الطاغية التي أعمت صاحبها عن قصد السبيل، وأي حُب؟

حُب الجسد وفتنته الذي لا يلبث أن يخمد بعد أن يعتري ذلك القوام الفارع، والوجه الناعم والعيون النضرة الترهل والشحوب!.

أم ذلك الحُبِّ القائم على الوجاهة والثراء والتفاخر والغرور.. حُبٌّ كالجبل الجليدي العظيم الذي سرعان ما تُذيبهُ الشمس!!.

صحيح أن ثمن الحب استمرار الحب، ولكن أي حب؟

الحبُّ الحقيقي تعانق روحين ائتلفتا حيث وجد كُلٌّ منهما

كماله المنشود في الآخر فانجذب إليه..

ذلـك الحُـبُّ الـذي لا يعزلنا عـن الناس بل يجعلنـا بينهم، نتصفح أفكارهم وقلوبهم؛ لنجد عند هذا منقبة حسنة، وخلقاً نبيلاً، وآخر يشع بالفكر الخلاق...

الكـمال مشـاع، والقلوب الكبيرة تتسـع لاسـتيعاب العالم كله.

الحُبُّ الحقيقي كمالٌ وسعادة، لا شقاء وتعاسة.

إياك والحب الأعمى

الإسلام دين كامل وشامل يستوعب كل مناحي الحياة بكل مفرداتها وتفصيلاتها، ودين توازن فلا يعنى بجانب على حساب الآخر، وقد جاء بنظام من شأنه أن يرقى بالأمة والمجتمع والفرد إلى أسمى درجات الكمال الإنساني، إذا ما اتخذوا هذا النظام منهجاً ودستوراً، وما يدعو للأسف والخجل أن نكون بمنأىً عن هذا النظام ونبحث عن تلك الأنظمة الوضعية؛ لتعالج مشاكلنا، وتحدد مسيرتنا في الحياة؛ لنعيش حالة الغربة بين ما نحمل من مبدأ وما نمثله من واقع!.

وقد دعا الإسلام بأكثر من أسلوب إلى مفهوم العبودية والانقياد لله تعالى: ﴿وَأَنِ اعْبُدُونِي هَٰذَا صِرَاطٌ مُّسْتَقِيمٌ﴾[1] ﴿إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ﴾[2]، ومن لوازم العبودية: الطاعة، وعدم الشعور بالاستقلال في مقابل المعبود.

ولهذا لا يعتبر المسلم حراً في سلوكياته وتصرفاته التي

(١) يس: ٦١

(٢) الفاتحة: ٥

يتعامل بها مع مَنْ حوله، وهو لا يعتبر حراً في عواطفه وانفعالاته. فهو لا يمارس حريته أمام الله في أوامره ونواهيه.

فشخصية المسلم الواعي بمهمته في الحياة تتحرك في إطار المبدأ.

ولنقف مع الحب الذي يمثل حالة من انفعالات القلب والأحاسيس هل نمثل فيه العدالة؟

هل تحكمه مفاهيم الإسلام وقيمه ؟

إليك هذا التصوير العابر الذي يمثل واقع الكثير وبدرجات متفاوتة.

فما أن ينجذب ذلك المحب إلى الشخص المحبوب إلا وأصبح يلهج بذكره، في كل آن، وكل موقع، في قاعة المحاضرات، في المنزل، في الطريق، وقد يسيطر عليه ذلك الحب ليرى محبوبه في صلاته، وفي عباداته! وكأنه يحكي قول ابن الفارض:

أصلي فأشدو حين أتلو بذكرها
وأطربُ في المحراب وهي إمامي(١)

---

(١) ديوان ابن الفارض ص١٦٢ .

أصبح كل وجوده ومشاعره قبلة لذلك المحبوب؛ ليمثل المحور الذي يتحرك في إطاره، فالجميل ما يراه المحبوب جميلاً، والقبيح ما يراه المحبوب قبيحاً، وكذا الحق والباطل، فينصهر في شخصية محبوبه، وكأن لا وجود لمبدأ، أو قيمة في الحياة!.

وكأنه يحكي ما قاله أبو فراس الحمداني ﷺ:

فليتك تحلو والحياة مريرة
وليتك ترضى والأنام غضابُ
وليت الذي بيني وبينك عامرٌ
وبيني وبين العالمين خرابُ
إذا نِلتُ مِنكَ الوُدَّ فالكلُّ هيِّنٌ
وكُلُّ الذي فوقَ الترابِ تُرابُ[1]

المهم أن تكون راضياً عني، وعلاقتي إياك على أحسن حال، ولا يهمني أي شيء آخر، فليس للوجود قيمة مقابل غضبك وعدم رضاك !!.

ويعيش الكثير من الناس هذا الواقع يزيد وينقص حسب مستوى الانجذاب والوعي .

---

(١) ديوان أبي فراس الحمداني

ترى هل هذا الانجذاب والحب المفرط يتناسب مع العدالة؟!.

إذا كان فلان من الناس قد أخذ بمجامع قلب ذلك العاشق الهائم فأين موقع الله تعالى منه؟!. هل يلهج بذكر ربه كما يلهج بذكر هذا المحبوب؟!.

هل يتفاعل مع ما يريده الله منه كما يتفاعل مع رغبات صديقه أو حبيبه ؟!.

هذا النوع من الهيام الشاذ وصفه الإمام الصادق عليه السلام عندما سئل عن العشق بما معناه: (**تلك قلوب قد خلت عن محبة الله فأذاقها الله حب غيره**)[1].

※※※

إذاً هذا القلب يجب أن يحتوي حب الله، ورسوله، وأوليائه الصالحين، ومن ثم حب ذوي الفضل علينا كالوالدين، ومن ثم سائر العلاقات الأخرى كالأرحام والأصدقاء.

---

(١) وورد عن أمير المؤمنين عليه السلام: (العشق مرض ليس فيه أجر و لا عوض)، وقوله: (العشق جهد عارض صادف قلبا فارغا)- شرح نهج البلاغة، ٢٠، ٣٣٢ ، الحكم المنسوبة ص: ٢٥٣

وعندما يختلُّ هذا الترتيب المنسجم مع الفطرة السوية يعيش الإنسان اضطرابات ومفارقات لا يمكن تفاديها إلا بالعودة إلى الفطرة التي لا تبتغي للعدل بديلاً.

ومرة أخرى نتساءل: هل ذلك المستوى من الاستغراق في حب الآخرين والاهتمام بهم مقبولٌ؟

وإذا كان كذلك فأين موقع الله تعالى من قلوبنا؟

وما أثر ذلك على شخصياتنا؟

وما هو الترتيب الموضوعي لاهتمامات القلب؟.

هذه التساؤلات وأمثالها جديرة بالتأمل والاهتمام[1].

وعندما تتشكل خرائط قلوبنا، في حبها وولائها بما لا ينسجم مع التوازن الفطري، فيمتد حب المخلوق الضعيف الفاني ليسكن في عرش الخالق القوي الباقي، فكم ستعاني قلوبنا من توترات وصراع، لا يفتأ ولا يستقر إلا بالعودة للمثل الأعلى المطلق، الذي يجب أن يحكم كل خفقة، وهمسة، ولفظة، وحركة قي وجودنا .

إنَّ الحب الذي يفتقر إلى الحكمة يتحول إلى سلطان

(١) مقال نُشر للمؤلف في رسالة الجامعة، عام ١٤١٦هـ، (بتصرف) .

أهوج أرعن متخبط كحاطب ليل!

الذين تتمركز حياتهم حول الأصدقاء إلى درجة الاستغراق الذي يحتوي مشاعرهم، وأفكارهم، تجدهم قد قصَّروا في بعض الأولويات من اهتماماتهم كالأسرة والمجتمع، وما يجب عليهم فعله.

والكثير من معاناتنا وتأزم أوضاعنا النفسية والاجتماعية ناشئ من الأنانية، ومركزية الذات، وقسر الحياة في أفق لا تتجاوزها بدءًا ومنتهى، والابتعاد عن المثل الأعلى المطلق العالم بما خلق ذلك هو الله العزيز الحكيم[1].

❊ ❊ ❊

---

(١) الصداقة من واقع التجربة، ص ١٨٥-١٨٩



الفصل الخامس

كيف نضبط العاطفة ؟

- قرارات عاطفية لا عقلانية
- علاقة العاطفة بالعقل.
- ما معنى ضبط العاطفة؟
- رؤيتنا العاطفية .



كيف نضبط العاطفة؟

قرارات عاطفية لا عقلانية

يُعَرَّفُ اتخاذ القرار بأنه: اختيار البديل الأنسب من عدة بدائل. بمعنى العمل على موقف يرى صاحبه أنه الأنسب والأصلح له. وحياتنا منظومة من القرارات من أصغر تصرف نقوم به بإرادتنا إلى أكبر المواقف والتصرفات المصيرية، فعندما نفضل التواصل مع هذا الشخص أو تلك الجماعة فهذا قرار، وحينما نعزم على شراء هذه السلعة دون غيرها من مثيلاتها فهذا قرار، وعندما يختار الرجل فتاة من بين بقية الفتيات لتكون شريكة حياته فهذا قرار، وكذلك المرأة، وكذا في السفر، واختيار الأسماء وهكذا.

وتتدخل في صناعة قراراتنا والتأثير فيها منظومة من العناصر التربوية، والثقافية، والاجتماعية، والسياسية. فهل للعاطفة أثر في قرارتنا؟.

لنتأمل هذه الصور

١ - عزم أحدهم على الزواج بمن يُحبُّ، قامَ هو وخطيبته بإجراء الفحوصات اللازمة للأمراض الوراثية مثل الأنيميا المجلية والتلاسيميا، فتبين أنهما لا يتطابقان؛ لأنَّ نسبة انتقال المرض للأبناء عالية، مما يتسبب في مكابدتهم ومعاناتهم مدى الحياة، ورغم هذا وتحذير المختصين يُصرَّان على الزواج والإنجاب!!.

٢ - تخطب الأم لابنها إحدى قريباتها، تأكيداً لأواصر الرحم والمودة، وهذا هدف نبيل، غير أنَّ بعض الآباء والأمهات يُصِرُّون على قسر الابن أو البنت على الارتباط بمن لا يهواه، ويطيب له، وينسجم معه، والنتيجة الفشل المحتم.

٣- يعجب أحدهم بجمال فتاة، خلبت قلبه، فيندفع دون تروٍّ وأناة للارتباط بها؛ لتكون شريكة حياته، ويأتي قرار الزواج سريعاً، دون التفكير في معالم شخصيتها، وصفاتها الذاتية والأخلاقية، ومدى مناسبتهما لبعضهما.

٤ - ترفضُ بعض الأسر تزويج ابنتها الصغرى أو الوسطى مراعاةً لمشاعر الأخت الكبرى التي لم يأتها نصيبها بعد، مما قد تتسبب في عنوسة الجميع.

٥- تجمح ببعضهم عاطفته إلى درجة الطغيان، ويتبادل الإعجاب بامرأة متزوجة، والرغبة في الارتباط بها، فينفصل كلٌّ منهما عن ارتباطه بحياته السابقة متذرعاً بأتفه الأسباب و المشكلات، والضحية الأبناء.

٦- تتواصل بعض الفتيات المتزوجات مع مَن لم تشأ الأقدار أن تجمعها وإياه في علاقة زوجية طالما طمحت بها؛ لممانعة الأب، أو لأي سبب آخر، وتنجرف مع عاطفتها الهوجاء، خائنة زوجها، مغضبة ربها، بائعة شرفها.

٧- تنساق إحداهن وراء استدراج شاب لعوب، قلبه كالفندق ما يحله نزيلٌ إلا ويرحل ليحلَّ محلهُ نزيلٌ آخر.. يتظاهر بالحبِّ الصادق، والمعاناة القاسية، وانحصار الخلاص في استجابتها ولو بالتواصل عبر (البالتوك)، والهاتف الجوال، ومنها إلى رؤية خاطفة، فلقاء، فضياع.

٨- تفرط بعض العوائل في تدليل ولدهم الوحيد، ورعايته، وتمييزه على أخواته، ملبية كل طلباته؛ لينشأ متكلاً على غيره، لا يبالي بمسؤولياته في الحياة.

كما يبالغ بعض الآباء البعيدين عن أبنائهم، فترة من الزمن، والأمهات الموظفات في دلال أبنائهم، والاستجابة لكل متطلباتهم؛ رغبة في تعويضهم الفراغ العاطفي الذي

افتقدوه.

٩- يأبى الأب أو الأم تدريس ابنهم في مدارس التربية الخاصة المتناسبة مع قدراته وقابليته العقلية؛ كي لا يبعد عن أنظارهم، مبالغة في رعايته، أو تجنباً للحرج الاجتماعي الذي يتوهماه، ويبقى الابن جاهلاً لا يستفيد من أدنى قابلياته المعرفية!.

١٠- يلتحق أحدهم في التخصص الذي التحق به صديقه أو قريبه في دراسته؛ ليقضي معه أكبر وقت ممكن، أو لثقته بحسن اختياره، بقطع النظر عن مناسبة هذا التخصص أو ذاك لميوله ورغباته وقابلياته.

والكثير الكثير مما لا يخفى عليك عزيزي القارئ.

***

الكثير منا لم يتجاوز ذاته وأنانيته وهواه، ولم يترك لعاطفته الإنسانية الصادقة أن تمتدَّ في الآفاق الرحبة لحياته وحياة مَن حوله. إنَّ مَن يعيش واقعاً كهذا لن يجني سوى الجهد والعناء .

وقد تجد بعضهم ما إنْ يختلف مع أحد إلا ويحتدم النقاش متحولاً إلى جدالٍ لا غاية له إلا إثبات الذات، والتعالي على

الآخر، متمسكاً برأيه، وكأنه كتابٌ منزلٌ ﴿ لَّا يَأْتِيهِ ٱلْبَٰطِلُ مِنۢ بَيْنِ يَدَيْهِ وَلَا مِنْ خَلْفِهِۦ ﴾[1] !!.

وتجد كلاً من المتخالفين يتمسك برأيه وليس لديه أي استعداد لسماع الرأي الآخر.

أما عن رأي الإسلام ما هو؟ فهو غائب عن أجواء الحوار؛ مما يدل على وجود فجوة واسعة بين ما يحمل من معتقد، وما يعيشه من مصداق.

***

وكما أنَّ رَبَّانَ السفينة لا يخاطر بسفينته، ومَن عليها إذا هاجت الأمواج العاتية التي تسلبه السيطرة على سفينته، فكذلك الإنسان السوي القادر على ضبط نفسه لا يتواصل في جداله وحديثه وسلوكه عموماً إذا هاج سلطان الغضب في داخله، وتوترت أعصابه.

إذ لا يمكن عزل العاطفة عن العقل أو العقل عن العاطفة بل ينبغي العمل على إحداث حالة من التوازن والتناغم المنسجم، بحيث لا يطغى أحدهما على الآخر في غير مجاله.

---

(١) فصلت: ٤٢

إنَّ ما لا يرتضيه عاقل أن تُعطى العاطفة الخارجة عن حَدِّ الاعتدال كامل الزمام والسيطرة على قرارات الإنسان، وحركته في الحياة، أو عزل العاطفة عزلاً تاماً عن مواقفنا في الحياة، أما أن تُسنِد العاطفة العقل في التأثير في قراراته، وتبقى للعقل كلمة الحسم والفصل فهذا ما لا مندوحة فيه.

* * *

علاقة العاطفة بالعقل

وكثيراً ما تقود العواطف إلى التصرف المتسرع بدلاً من التصرف القائم على البصيرة والمعرفة؛ وذلك لارتباطها بالبعد الرغبوي الغريزي تارة، وبالبعد الانفعالي تارة أخرى.

«وعندما تسيطر العواطف والانفعالات على التفكير والسلوك يغيب العقل»[1] ويُحجب الإنسان عن ندائه.

والتفكير السليم يعمل على إعاقة العاطفة الجامحة، كما أنَّ العاطفة الجامحة تعمل على إعاقة التفكير. يقول علماء النفس «كلما اتجه الإنسان إلى العاطفة ابتعد عن الموضوع -العقل- وكلما اتجه إلى الموضوع ابتعد عن العاطفة»[2].

«يخوض الدماغ البشري نزاعاً دائماً مع نفسه بين مركز العاطفة الذي يسعى إلى الإشباع الفوري، ومركز العقل الذي يسعى لتحقيق أهداف على المدى البعيد، كما تفيد دراسة نشرتها صحيفة «ساينس» العلمية الأميركية في

---

(١) أرسطو

(٢) دراسات في علم النفس الإسلامي د.محمود البستاني دار البلاغة بيروت- لبنان ط:١ ١٤٠٨هـ/ ١٩٨٨م ج:١

عددها الأخير.

واكتشف باحثون من أربع جامعات بينها(هارفارد) و(كارنيغي ميلون) أنَّ منطقتين في الدماغ تتنافسان للتحكم بسلوك شخص على وشك اتخاذ قرار بين إشباع رغبات مباشرة، وتحقيق أهداف بعيدة المدى.

وبيَّنَت التجربة أنَّ القرارات المهمة المتعلقة بإمكانية تحقيق مكسب مباشر تُنَشِّطُ بصورة كثيفة المناطق المرتبطة بالعواطف في الدماغ.

وفي المقابل، فإنَّ كل قرار يتعلق بخيار بعيد المدى يُنَشِّطُ مناطقَ في الدماغ مرتبطة بالتحليل غير المحسوس.

ومن جهة ثانية، عندما كان أمام الأشخاص فرصة أنَّ يحققوا مكسباً فورياً لكنهم اختاروا الخيار البعيد المدى،كانت منطقة الدماغ المتعلقة بالتحليل المنطقي أكثر نشاطاً بكثير من المنطقة التي تحركها العاطفة.

أما حين يختارون إرضاء حاجاتهم المباشرة كانت منطقتا الدماغ تنشطان بصورة متقاربة مع زيادة النشاط في منطقة العاطفة أكثر بقليل»[1]

---

(١) الوطن، ١ شوال ١٤٢٨هـ

ومـن هنا يتضح بجلاء أن العواطف لا تصلح أن تكون أساساً لقراراتنا ومعاملاتنا ونظرتنا لمن حولنا.

وينبغي أن تتحرك العواطف في ظل العقل، والقيم العليا وفي فلكهما.

لذا نجد أن الكثير من الأسوياء والمستقرين على المستوى النفسي والروحـي يتميـزون بتحكيم دينهـم، وعقلهم في حياتهم، لا عواطفهم وانفعالاتهم.

وهـذا لا يعنـي - بالطبـع - تجريـد الحيـاة مـن العاطفة والإحسـاس، وإنـما يؤكـد عـلى ضبطهـا والانعطـاف بهـا نحو سـواحل العقـل حال اندفاعهـا. فالتفكـير والعاطفة متلازمـان، ومتصاحبـان، ودور العقـل تقنـين درجة هذه الصحبة والتلازم.

وتعتبر عاطفة الحب من أشـد العواطـف تأثيراً وأقواها رسـوخاً وعليها تتمحور سـائر العواطف الإنسـانية. هذه العاطفـة إذا حكمـت ذاتهـا ولم نضبطهـا بالرأي السـديد، والعقل الرشـيد أصبحت أسـاس المتاعب، والشقاء. يقول المتنبي:

وإنَّ قليلَ الحُبِّ بالعقلِ صالحٌ
وإنَّ كثيرَ الحُبِّ بالجهلِ فاسِدُ[1]

ويلاحظ الكثير من القرارات المصيرية في حياة العديد من الناس أنها واقعة تحت تأثير العاطفة المحضة، لا الرأي السديد والمنطق السليم، والنتيجة الفشل والمعاناة في هذا المشروع، أو ذاك، فكم مِن زواج انتهى بالانفصال، وقرارٍ دراسيٍّ أو وظيفي لم يستطع صاحبه إكمال مشواره معه، وعلاقة انعطفت بأصحابها إلى الانحراف والضياع، والسبب في كُلِّ ذلك يرجع للتحكيم المطلق للعاطفة لا العقل.

فـَ «لنعطِ العقل جُرعة من العاطفة، والعاطفة جرعة من العقل»[2]، ولنوظف كلًّا منهما في مجاله.

***

(١) ديوان المتنبي ص ٢٠٦

(٢) كما يقول سماحة العلامة السيد محمد حسين فضل الله.

ما معنى ضبط العاطفة ؟

البديـل المثالي في تعاملنا مع عواطفنا الضبط، والتحكم، والسـيطرة عليها، فلا نطلقها إلا فيما يرى الله إطلاقها فيه، ولا نمسك بلجامها إلا عما نهانا الله عنه.

وضبط العاطفة: يعني أن نخضع الميل والرغبات النفسية لحكم العقل والدين، وأن نتحرر من سلطانها، وعبوديتها فـ « التحكم بنوازع النفس وميولها يُعَدُّ أبرز صفات الإنسـان الحر، وأعلى درجات الحرية »[1].

والإنسـان الناجـح في الحيـاة هـو القـادر على أخـذ زمام المبادرة في تحفيز نفسه، وتوجيهها، ودفعها إلى ما فيه صلاحها ورقيها، بحيث لا يجعل للذرائع والأعذار سلطة عليه.

ولا شـك أن عمليـة التحكـم والإخضـاع هـذه تحتـاج للكثير من الجهد والمعانـاة، في تهذيب النفس، وترويضها، وهذا ما عبَّر عنه الحديث الشريف بـ (**الجهاد الأكبر**).

قـال رسـول الله ﷺ لإحـدى السرايـا الراجعـة مـن

---

(١) الفيلسوف اليوناني أثينا غورس - سنابل الحكمة د.رضا ديب عواضة رشاد دبرس بيروت-لبنان ط:١ ١٩٩٧م ص٢٨٧

الحرب: (مرحباً بقوم قضوا الجهاد الأصغر، وبقي عليهم الجهاد الأكبر). مما أثار استغراب الكثير من المسلمين، فأي جهاد أكبر من ذلك الجهاد الذي أُطيحت فيه الرؤوس، وقُطِعَت الأيدي، ورُمِّلَت فيه النساء، ويُتِّمَتْ الأبناء، وهل هناك جهاد أعظم وأكبر من هذا الجهاد ؟!.

أردف ﷺ قائلاً: (جهاد النفس).

ويقصد بالنفس ذلك الوسط الذي يحوي كل غرائز الإنسان، وشهواته، وميوله، وطموحاته، وعواطفه.

وضبطها وتهذيبها بصفة مستمرة جهاد؛ لما في ذلك من صعوبة، وعناء في مواجهة المؤثرات الوراثية، والثقافية، والإغراءات الخارجية وغيرها.

ويسهل ذلك باستصحاب الإرادة القوية، والعزم الثابت، يقول الإمام الصادق عليه السلام: (ما ضعُفَ بَدَنٌ عمّا قويت عليه النية)[1].

أشرنا إلى أنه يجب أن نخضع العاطفة لحكم العقل .. ولكن هل بهذا نستطيع أن نؤَمِنَ على مشاعرنا، وانفعالاتنا من الكبت والانفلات ما لم تتشكل فينا الذهنية المنطقية، والرؤية الإسلامية الصحيحة؟

بالطبع كلا.

---

(١) بحار الأنوار، ٦٧، ٢٠٥، باب ٥٣- النية و شرائطها ومراتبها.

١- الاختلاف لا يعني العداء

الكثير منا يضيق ذرعاً بكل من يختلف معه في الرؤية أو الموقف، لا يكلف نفسه البحث عن نقاط الاتفاق الإيجابية التي يمكن أن يستثمرها في العلاقة مع من يختلف معه .

وقد تمتد هذه النظرة السلبية في علاقته حتى مع من يحب، فيعيش حالة من الوأد العاطفي.

والاختلاف طبيعة ملازمة للإنسان نظراً لاختلاف العوامل المؤثرة في صياغة شخصيته عن غيره.فلا أحد يشبه أحداً.

والمجتمعات التي أَلِفَت حياتها أحادية الرؤية، وانعدام التعددية الفكرية، وضمور حرية الرأي، وغياب ثقافة التعايش؛ ليصبح ذلك نسقاً عاماً مهيمناً فيها لا تجد-هذه المجتمعات- في اختلاف الرأي إلا تهديداً لاستقرارها، ومصادرة لها، على المستويين الفردي والاجتماعي.

وقد أسهمت التربية في الأسرة، والمدرسة، والخطابات الدينية غير المتزنه في تأصيل ذلك النسق إلى جانب أسباب أخرى لسنا بصددها.

فالاختلاف لا يعني معاداة الطرف الآخر، أو التعقد منه.

٢- رفقاً بأطفالنا

طريقة تعاطينا مع المثيرات الداخلية والخارجية تعطي أطفالنا نموذجاً لردود الفعل التي يمكن أن تصدر منهم إزاء أي مثير مماثل.

مما يدعونا إلى الاهتمام في مراقبة أسلوب تعاملنا مع المثيرات والتعابير العاطفية والانفعالية الصادرة منا.

فحالة الهيجان الشديد، والانفعال المنفلت، وارتفاع الصوت، وتقطيب الوجه، وحِدَّة النظر.. كلها تؤثر في صياغة شخصية الطفل العاطفية.

ببالغ الأسف تلاحظ العديد من الأسر أنها تتعامل مع الطفل في حالات الاختلاف وكأنها تتعامل مع جزء من أثاث المنزل الجامد، لا يسمع..لا يتكلم..لا يحس! مما يسهم في تمزيق مشاعره وتشتيتها، وقد تشكل عقداً تمتد معه طوال حياته.

ولكي لا نجني على أنفسنا وعلى من نحب من فلذات أكبادنا من الضرورة بمكان تعلم فن السيطرة على الانفعال، وبالخصوص حالات الغضب السريع، والسعي الجاد لاحتوائها.

وحاجة أطفالنا للسكينة، والاطمئنان، والشعور بالأمن لا تقل شأناً عن حاجتهم للغذاء، والرعاية الصحية.

ومـا يلحظ من فوضوية وشـتات في طريقـة تعاملنا مع أطفالنا يشـير إلى ضعـف الثقافة التربويـة، والجهل بكيفية الدخول إلى عالم الطفل.

ومن مصاديق ذلك:

١ - مـا أن يأتي طفل جديد عند بعض الأسر إلا ويحظى بـكل اهتمام ورعاية أفرادها، متجاهلين مَن يكبره؛ مما يخلق عند الأكبر حالة من الانكسار، يحاول جبرها بالغيرة المفرطة، والتي تَسبَّبت العائلة أو بعض أفرادها في إيجادها.

فوجـود طفل جديد يحظى برعاية مـا يجب ألا يؤثر على درجة اهتمامنا بالطفل السابق.

وجـود الطفـل الجديد في بعـض العوائل يلغي السـابق مـن دائرة الاهتمام، أو يهمشـه !، والمُفَترض الاسـتمرار في مواصلة إشباع حاجاته العاطفية، وإحاطته بالحب والحنان بالدرجـة المتناسبة مـع عمـره؛ وإعطائـه العنايـة اللازمـة وإشـغاله ببعض الهوايات والألعاب، والأعمال البسـيطة، التي تبعد عنه لحظات التوتر.

٢- إنَّ للغياب الكبير عن أجواء الأسرة يخلِّفُ فراغاً عاطفياً لدى الأبناء لا يعوضه إلا الأب نفسه، أو الأم ذاتها، ولو قسنا اليُتم بما يتركه فقد الأب من فراغ عاطفي لدى الأبناء فكم سنجد من نسبة مهولة من الأيتام، وأشباه الأيتام في مجتمعاتنا!.

وقد يكون الأب حاضراً بشخصه وجسمه بين أبنائه، ولكنه غائباً بوجدانه وفكره عنهم، منصرفاً إلى هذا البرنامج أو ذاك المسلسل، أو منشغلاً بالهاتف والإنترنت، وما إلى ذلك من شواغلٍ وملهيات.

إننا بحاجة لأن نتفهم أبناءنا وحاجاتهم العاطفية والوجدانية كما نلاحظ نواقصهم المادية.

٣- ومِن الأساليب التربوية الخاطئة التي قد تمارسها الأم بعفوية تهديد الابن بأبيه وتخويفه منه إذا ما صدر منه أقلُّ الأخطاء، ورسم صورة الأب في ذهن الابن كشخصية حازمة متشددة لا يرتاح لها الابن ولا يأتلف معها، ويتجنب مجالسة أبيه وحواره مكتفياً بالواجب الذي لا بُدَّ منه.

على الأم كما هو الحال على الأب أن يحبب كُلٌّ منهما الآخرَ إلى الأبناء عبر التركيز على الجوانب الودية، والإشادة ببعضهما.

«إنَّ كلا الأبويـن وطفلهما يدفـع ثمنـاً باهضـاً إذا افتقـدوا نعمـة الود والحنـان بينهم، والتي تنبـع من عاطفة صادقـة، وليس مـن عاطفـة مصطنعة، وإذا أهمـل الأبوان أو أحدهمـا وبشـكل مسـتمر إظهـار الـود والحنـان لطفله وفي المواقـف المختلفـة والتـي تسـتدعي عواطـف متعددة كالفرح، والضحك، والحزن، والدموع، وضمه إلى الصدر واحتضانه،والابتسـام له، ومناغاته، يتجنب الطفل التعبير عـن مكنونـات نفسـه، وربما في إظهـار مشـاعره، ومحاولة إخفائها، وبالتالي يضعف لديه الحسُّ العاطفي»[1]

نـسرفُ في اللـوم والتوبيخ، ونبخل مِـن الحُبِّ والرحمة، ومع هذا وذاك نلعن القدر الذي لم يمنحنا السكينة بعد!.

وقـد نذبـح قلـوب أطفالنا بخـلاف سـافر لا طائل مِن ورائه.

بعـض النسـاء تفضـل الانفصال عـن زوجها وتشـتت أولادها على أن تعترف بخطئها، ويصدر مِن بعض الرحال ما هـو أدهى وأمَر، إنه سـوء فهـم للكرامة وعـزة النفس، وتقدير المسؤولية.



(١) دور العاطفة في حياة الإنسان، ص ١٤٩

٣- لا تجعل عواطفك حبيسة

لا تجعل عواطفك حبيسة، اجعل عواطفك تتنفس، فالعاطفة الحبيسة كالماء الراكد .

ترنم بالشعر تارة، وبالحكمة أُخرى، وانظر لمشاهد الحياة الجميلة، فملامسة الحياة بأكثر من حاسة وأُخرى يخفف من شعورنا بالغربة.

وَعندما نترفع على الأحقاد والعداوات، ونشحن أنفسنا بالحياء البريء، ونتناغم مع الحياة بكل إيقاعاتها، ونكافح في سبيل تحدي كل مصاعبها، ناظرين لله بعين الرجاء والأمل، ونتقبل الواقع بروح الرضا، فهناكَ ستتبرعم السعادة بين حنايانا، فمن رَحِمِ المعاناةِ في سبيل الهدف تولد السعادة.

لماذا تبقى المشاعر حبيسة ؟!

دع مشاعرك وعواطفك تتنفس ..

١ . ماذا عن ذلك الشاب وتلك الفتاة اللذين يعيشان في أسرة لا تعرف إلا الشدة والقسوة، وطالما حَنَّتْ أذناهما لسماع كلمة الحب، والإطراء، والتشجيع .. لم يتعودا إلا سماع الكلمات المستهجنة، من توبيخ، وتقريع، واستخفاف، ..

فيعيشان فراغاً عاطفياً لا يملؤه إلا حنان الأبوين، اللذين استغرقا في خلافاتهما ومشاغلهما، وحرما أبناءهما ألزم ما عليهما إشباعه!.

مثل هذه وذاك من السهل أن يقعا فريسةً لضعاف النفوس؛ ليتلاعبوا بمشاعرهم، وعواطفهم بالكلمات المعسولة، في مكالمة هاتفية أو تواصل بالأنترنت، أو لقاء عابر، ينعطف بهم إلى دروب الرذيلة والشذوذ.

٢. والكثير من النساء يعشن بين أزواج يرون كلمات الحب خضوعاً وتذللاً، وكلمات التشجيع والإعجاب تملقاً وانكساراً!

فتبقى عواطفهن مكبوتة، وآراؤهن مرفوضة .. فمنهنَّ من تحتسب إلى ربها ما ألمَّ بها، وأكثَرَهُنَّ ينفجرن بشجبهن، واستنكارهن أمام صديقاتهن تارة، وفي محافل اجتماعهن تارة أخرى، وقد اضطرها ذلك الزوج المتكلس المشاعر لأن تتعامل بازدواج، تلوذ بالصمت بين جدران بيت لم يكن -كغيره من البيوت- مصدر دفئ وراحة لها، وتنطلق لتبحث عن متنفس مع هذه الصديقة، أو تلك، هذا إذا لم تدفعها هواجسها وضعف إيمانها إلى أكثر من ذلك!.

٣. والرجل الذي أضناه التعب، وأرهقه الجهد يأتي إلى بيته باحثاً عن دفء المشاعر، وحنان القلب من زوجة أُريد لها أن تكون له سكناً وأُنساً، فلا يجد عندها إلا التبرم والصدود، متجاهلة حاجاته، فيبحث عن أنسه وراحته خارج أسوار المنزل، في مجالس اللهو وغيرها.

تلك نتيجة طبيعية لحبس العواطف الفطرية الصادقة من أن تتنفس في بيئتها الأولى (الأُسرة).

يقول الشاعر عمر بن لجا التيمي:

تـريـديـنَ أنْ أرضى وأنــتِ بخيلةٌ
ومَن ذا الذيَ يُرضي الأخلاءَ بالبخلِ؟

فلا ننتظر -في حياتنا الاجتماعية عامة والأسرة خاصة- أن يُثمرَ التنكيد واللامبالاة محبة القلوب ورضا النفوس، (إنكَ لا تجني مِن الشوكِ العنب)[١]، وَ (كما تزرع تحصد)[٢].

٤. أما عمن فقد عزيزاً لا يطيق فراقه، فإنَّ الكثير من الناس يعيب عليه بكاءه، ويرى أنَّ ذلك يتنافى مع الرجولة،

---

(١) مَثلٌ عربي
(٢) مَثل عربي

وقد يُصَدِّقُ البعضُ هذا التصور الضيِّقَ فيحتمي بالصمت، والكبت لعواطفه الإنسانية، فتبقى آلامه، ومشاعره حبيسة، لا تجد لها متنفساً، لِتُشَكِّلَ له عقداً تنعكس على صحته الجسدية، فضلاً عن اضطراباته النفسية.

❊ ❊ ❊

«كلما أتحنا مجالاً أكبر لظهور عواطفنا الخاصة قويت فراستنا، وازدادت مهارتنا في قراءة المشاعر والأحاسيس، والتعرف عليها، ومَن فقد هذا الإحساس فهو كالأصمِّ والأعمى الذي لا يدرك معنى ما يرتسم على وجوه الآخرين، من إمارات أو تلميحات، ولا يستطيع استقراء نبرة الصوت، أو تغيير الموقف، أو اللجوء للصمت المطبق، أو الرجفة والارتعاش، ومثل هؤلاء تنتابهم الحيرة عندما يعبر الآخرون عن مشاعرهم؛ لما يعانونه من قصور في ذكائهم العاطفي..

الألفاظ والكلمات وسيلتنا في التعبير عن أفكارنا، وما يدور في عقولنا، أما المشاعر والأحاسيس، والعواطف عامة، فقد دلت إحدى الدراسات أنَّ ٩٠٪ أو أكثر من رسائلنا العاطفية غير لفظية، فصدق العاطفة يكمن في الأسلوب لا في الكلمات.

ومن الرسائل الحركية (غير اللفظية) حركة العين[1]، ونبرة الصوت، وحركة الجسم، والإقبال على الآخرين أو الإعراض عنهم، وما يبدو علينا من مظاهر الشوق والحنان، والفرح والابتهاج، كلها إشارات نرسلها دون وعي منا وتنطلق إلى غيرنا دون تفكير سابق»[2].

وينبغي التنبه بأنْ لا نبذل عواطفنا إلى كُلِّ أحد مَن يستحقها، ومَن لا يستحقها؛ لئلا تفقد قيمتها وخصوصيتها وقدسيتها، وكما أنَّ الإسراف في المأكل والمشرب والمصرف ممقوت، كذا الإسراف في ابتذال عواطفنا يفقدها بريقها وتوهجها، وقيمتها، وَ (كُلُّ مبذولٍ مملول)[3].

❊ ❊ ❊

٥. أصعب ما يشعب الفؤاد البرود العاطفي.. يأتي الأب مِن سفر وهو في غاية الشوق واللهفة لزوجته وأبنائه وإذا بهِ يُستقبل ببرود فاتر مِن زوجته، وأبناء لا يكلفون

---

(١) يقول الشاعر:

إنَّ في العين وهي عضوٌ صغيرٌ
لدليلٌ على خبايا الفؤاد

وجاء في المثل: (لَحظٌ أصدقُ مِن لفظ)، راجع: من أمثال العرب، ص ٢١٤

(٢) دور العاطفة في حياة الإنسان، ص١٤٢ - ١٤٣ - ١٤٤ (بتصرف).

(٣) مِن أمثال العرب، ص ١٨٧

أنفسهم القيام مِن أمام شاشة التلفاز وتفويت أحداث ذلك البرامج، وإذا ما قاموا قاموا متثاقلين وبنظرة خاطفة إلى أبيهم وسرعان ما عادوا إلى براجهم، وكأن لا حظَّ لهم مِن الحُبِّ والرأفة والاحترام.

كم هو مريع هذا التبلد والجمود العاطفي، قد يكون الأب هو مَن غرسه وأهمله؛ ليحصد نتيجة حرثه.

الحُبُّ تربية وممارسة مستديمة، وثقافة شاملة، لا جرعة نتجرعها!.

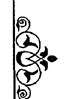
❊ ❊ ❊



الفصل السادس

كيف نتحكم بعواطفنا؟

- أسلمة العاطفة .
- الاحتكام للعقل .
- تفهم عاطفتك.



بالعاطفة بمعناها الشامل[1] بشكل مباشر، وغير مباشر؛ مما يتطلب منا إطِّلاعاً واقعياً، ومُرَكَّزاً، ومعايشة للفكر الإسلامي الأصيل، نتفهم من خلاله عواطفنا بأكثر واقعية.

أ-نظرة في الأعماق

ولو غاص كلٌّ منا في أعماق نفسه متجاوزاً تلك الشهوات والرغبات السطحية السريعة، ولم يُعرها التفاتاً، فإنه سيلتقي بالمنابع الصافية حيث الحب الخالص، والجمال الحقيقي، وملامسة الفطرة الطاهرة، التي تنتفي معها كل رذيلة من حقد، وحسد، وعداوة، وغيرها. وما هذه الشهوات العارمة إلا كالضباب، والغبار الحاجب لقلوبنا من نفاذ النور إليها.

سبب تأزم الكثير من العلاقات الإنسانية انطلاقها من تلك الطبقة القشرية السطحية الظاهرة في شخصياتنا، والتي تتصارع عليها أنواع الرغبات، والشهوات المضطربة.

و«إنَّ مَن يعاني من اضطراب عاطفي، وفقدان لاتزانه العاطفي لا يستطيع السيطرة على عواطفه، والتحكم فيها

(١) كما أشرنا في الفصل الأول: الحقل الدلالي للعاطفة

حتى ولو كان ذا مستوىً عالٍ من الذكاء»[1]

ب- العواطف ليست مقياساً

قال تعالى ﴿وَعَسَىٰٓ أَن تَكۡرَهُواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ خَيۡرٞ لَّكُمۡۖ وَعَسَىٰٓ أَن تُحِبُّواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ شَرّٞ لَّكُمۡ﴾[2]

الحب والكره من أبرز الثنائيات العاطفية وأشدها تأثيراً على الشخصية، ويقرر القرآن الكريم أن هذه الثنائية العاطفية لا يمكن أن تكون مقياساً للخير والشر على الإطلاق؛ لأن الإنسان قد يُحبُّ ما فيه دماره، وهلاكه، وقد يكره ما فيه خيره، وصلاحه !!.

والعواطف وفقاً لهذا المُعطى غير بريئة من الاتهام؛ لأنها إذا سيطرت غيَّبت العقل والمنطق، فهي- باستقلالها- والعقل على طرفي نقيض.

وتتحقق الأهداف العاطفية متى ما انسجمت الحالة المزاجية مع الأحاسيس العاطفية التي نشعرها، وتوِّجت بوميض من حكمة؛ لأنه لا أمان للعاطفة الصرفة من التبدل والانقلاب ما لم نُسيِّجْها بحكمة العقل، وسداد الرأي.

---

(١) دور العاطفة في حياة الإنسان ص ٤٠

(٢) البقرة: ٢١٦

قد يُعبر بعضنا عن أصدق المشاعر، وأرق الأحاسيس لحظة البوح بها، عبر كلمة منطوقة، أو رسالة مكتوبة، أو لفتة حانية، أو نظرة رحيمة، ولكن إذا ما نظرنا لكل ذلك بواقعية فإنه من العسير الاحتفاظ بمستوى التوهج العاطفي عبر تقلبات الأيام، وتحولات الظروف.

والمشاعر وليدة لحظتها، قد تمتد لساعات أو شهور أو سنين، تبعاً للدافع المحفزٍ لها. من هنا أكدَّ الإسلام على الإخلاص المتفاني في المطلق، لتتمحور في فلكه سائر الدوافع العاطفية، والسلوكية.

وثمة فرق بين التعبير الواعي عن المشاعر والعواطف والتعبير المنفلت.

كما أنَّ العفوية ليست مستحسنة في كل الأحوال؛ لأن هناك مَن تشكلت بنيته العاطفية بصورة غير سوية، بفعل التربية والثقافة التي تلقاها أو كلاهما.

كما يختلف الناس في درجة استجابتهم العاطفية كاختلافهم في أشكالهم وألوانهم.

ومن هذا يتبين أيضاً أن العواطف المجردة لا يمكن أن تكون مقياساً لحركتنا في الحياة.

❊ ❊ ❊

ج- حضور المثل الأعلى

الشخصية المؤمنة التي قطعت شوطاً في طريق تكاملها تتمحور كل فعالياتها العاطفية اللفظية منها والحركية حول مبدأ التوحيد.

نحن بحاجة إلى تجذير المثل الأعلى في وجودنا، حتى يتحول إلى جزء لا يتجزأ من كياننا، وأفكارنا، وعواطفنا، فلا نفكر إلا بالطريقة التي أرادنا الله أن نفكر بها، ولا نحب، ولا نكره، ولا نؤيد، ولا نستنكر .. إلا وفقاً لما أراد الله، لا ما أرادت النفس، أو أراد الناس، وما أكبر الفرق بينهما؟!. وذلك هو مفهوم التوحيد في إطاره الواسع الذي يعطي النفس رَوحَ الطمأنينة، والتوحد، والاستقرار، بدلاً من القلق، والتوتر، والتشتت، والضياع.

عن الرسول الأكرم ﷺ: **(أما علامةُ البارِّ فعشرةٌ: يُحبُّ في الله، ويُبغِضُ في الله، ويصاحِبُ في الله، ويفارِقُ في الله، ويغضبُ في الله، ويرضى في الله، ويعمل في الله، ويطلبُ إليه، ويخشعُ في الله، خائفاً، مخوفاً، طاهراً، مخلصاً مستحيياً، مراقباً، ويُحسِنُ في الله)**[1].

---

(١) بحار الأنوار: ١/ ١٢١/ ١١

واضح ما في الحديث من تأكيد على محورة الفعاليات العاطفية والفكرية والحركية حول مبدأ التوحيد، كما يتضح الحضور الكثيف للسمات العاطفية، والأخلاقية، من حب، وبغض، وغضب، ورضا، وخوف، وخشوع.

قد يتفاعل الإنسان مع مثله الأعلى الذي اقتنع به واختاره تفاعلاً عاطفياً، فيكون ذلك المثل هو المحرك لكل أبعاد شخصيته العاطفية، وهذا ما يمكن تسميته بـ(العاطفة الهادفة). كما يمكن اعتبار كل عاطفة لا تستند إلى أساس متين من السمو (عاطفة سطحية ساذجة)، لا يمكنها الإسهام، والاستمرار في بناء الشخصية الإنسانية.

من هنا تتبين فلسفة دعوة القرآن الكريم إلى مودة أهل بيت رسول الله ﷺ في قوله تعالى: ﴿قُل لَّآ أَسۡـَٔلُكُمۡ عَلَيۡهِ أَجۡرًا إِلَّا ٱلۡمَوَدَّةَ فِي ٱلۡقُرۡبَىٰۗ﴾[1]؛ لأن هؤلاء الصفوة تمثل الطهارة المحضة الخالية من شوائب الشرك، والعصيان، والمعصومة من الوقوع في الخطايا والذنوب، وهذا ما أكده قوله تعالى: ﴿إِنَّمَا يُرِيدُ ٱللَّهُ لِيُذۡهِبَ عَنكُمُ ٱلرِّجۡسَ أَهۡلَ ٱلۡبَيۡتِ وَيُطَهِّرَكُمۡ تَطۡهِيرٗا﴾[2].

(١) الشورى: ٢٣
(٢)الأحزاب: ٣٣

إنَّ هذا الارتباط العاطفي بهذه الشخصيات الكاملة خير ضمانة للارتباط برؤيتهم في الحياة، ومنهجهم، وسلوكهم وتاريخهم المجيد الناصح بالنبل، الذي يحمي مَن ترسم نهجه مِن الضلال، والانحراف، والشك، والشقاء؛ لذا قال تعالى: ﴿قُلْ مَا سَأَلْتُكُم مِّنْ أَجْرٍ فَهُوَ لَكُمْ﴾[1].

***

د- العاطفة عند المصيبة

نحنُ.. أبناؤنا..أزواجنا.. أرحامنا.. أصدقاؤنا.. بل كلنا عبيدٌ لله تعالى يتصرف بنا كيفما شاء، وأنى شاء، لا نملك لأنفسنا(**نفعاً ولا ضراً ولا موتاً ولا حياةً ولا نشوراً**)[1]، وليس أمامنا إلا التسليم، والرضا لمشيئة الله، وإرادته، وحكمته.

ليس من السهل أن ينفصل الإنسان عن علاقة لصيقة به التصاق اللحم بالعظم، والروح بالجسد معَ مَن أحبَّ، في عيشٍ مشتركٍ، ومصيرٍ واحدٍ، وذكرياتٍ ممتدة، وكأنه وإياهم روح واحدة في أجساد متفرقة، ليس من السهل الانفصال عن كل ذلك ساعة سماع خبر الفقد ونبأ الوفاة!!.

قد لا يصدق للوهلة الأولى، وقد تمتد به الأيام ولما يستوعب بعد هذا الخبر!

وما أصعبها من صدمة تجهش النفس معها بالبكاء، وتفيض الدموع دون اختيار.

---

(١) تعقيب صلاة العصر

هذه العواطف الإنسانية النبيلة لا ينكرها الإسلام، ولا يرفضها ما دامت في نطاق المعقول الذي لا يخلّ بالتوازن الفكري لصاحبها.

ولكن عندما تهيمن هذه العواطف العارمة، والمشاعر الهائجة على كيان صاحبها، فتسوَدُّ الدنيا في عينيه-وكأنَّهُ في مصيبة لم يصب بها أحد من الأولين والآخرين- فتفور في داخله نار الغضب والاعتراض على قضاء الله وقدره، وينسى اعتقاده بحكمة الله، وجميل صنعه، فهذا ما لا يرتضيه عقل ولا دين.

إننا مجتمع عاطفي، وجُلُّنَا إنْ لم يكن كلنا ذاق مرارة الفقد وحرارته، ولا نحتاج مَن يفهمنا مقدار الألم الذي ينتاب المفتجع المثكول، وبالخصوص افتقاد الولد الذي هو فلذة من كَبِدِ أبيه(**وَجدتُكَ بعضي بل وجدتكَ كلي...**)[1].

وقد بيّنَ رسول الله ﷺ ما يجوز وما لا يجوز، وما يصح ويحسن عند الابتلاء بفقد عزيز-لا سمح الله- فقد مات ولده الوحيد إبراهيم عليه السلام فبكى، وسأله بعضهم مستغرباً: أتبكي يا رسول الله؟!

(١) أمير المؤمنين مخاطباً ابنه الحسن عليهما السلام.

وكأنَّ البكاء عاطفة لا تطال الأنبياء عليهم السلام الذين هم مِن أرقِّ الناس طبعاً، وأشدهم عاطفة!.

فأجاب صلى الله عليه وآله: **(تدمع العين، ويحزن القلب، ولا نقولُ ما يسخطُ الرب، وإنا بك يا إبراهيم لمحزونون)**[1].

الألم، والحزن، والدمع، والبكاء عواطف إنسانية ليس بوسع أحد التنكر لها، بيد أنه لا ينبغي أنْ تهيمن هذه العواطف على مشاعرنا فلا نرى في الحياة إلا الوجه المعتم، فنعترِضُ -والعياذ بالله- على مشيئة الله، وحكمته؛ مما قد يمسُّ صميم عقيدتنا، والتي تمثل حقيقة وجودنا.

ونعتزل الناس مجترِّين مصيبتنا، ومعطلين طاقاتنا التي أُريد لنا استثمارها فيما ينفعنا وينفع الناس.

فما أمام المؤمن إلا الصبر على المصيبة والحرمان، وأن يرضى بما جاء من الله تعالى، ويفوض الأمور ويسلمها إليه، ويعتقد جازماً بأن كلَّ ما يأتي منه تعالى عين العدل، ولا شك بأن حكمة وراء ما أصابه قد يعلم جانباً منها، وقد تخفى عليه، وأن الله تعالى سيعوضه إزاء صبره بصلوات منه ورحمة، قال تعالى: ﴿ٱلَّذِينَ إِذَآ أَصَٰبَتۡهُم مُّصِيبَةٞ قَالُوٓاْ إِنَّا

(١) بحار الأنوار ج: ٢٢ ص ١٥٧ ح: ١٦

لِلَّهِ وَإِنَّآ إِلَيْهِ رَٰجِعُونَ ﴿١٥٦﴾ أُوْلَٰٓئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَٰتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾﴾[1].

※ ※ ※

مِن هنا كان للأصدقاء والأقرباء الدور الفاعل والمؤثر في المواساة، والتخفيف من حِدَّةِ الصدمة، وأثر المصيبة، وتفعيل حالة التكيف مع الوضع الحياتي الجديد الذي سيحياه هذا المصاب، بالدعم المعنوي والمجالسة، والتواصي[2]، والتذكير بأنَّ المصائب سنة من سنن الله في عباده، ولو سَلِمَ منها أحدٌ لكان الأنبياء والأولياء عليهم السلام أولى بذلك، والتذكير بما وعد الله الصابرين من الأجر الجزيل، والعطاء الجليل، الذي لا يعلمه إلا الله، وأننا جميعاً سائرون في هذا الطريق، وغاية ما هنالك أنَّ بعضنا يسبق الآخر، وأن حكمة الله قضت ألّا يأخذ من عبدٍ نعمة إلا وأبدله بها خيراً منها؛ لأن العادل الحكيم، والمتفضل الكريم لا يأخذ إلا ليعطي ما هو خير وأبقى.

وقد ندبت الشريعة إلى مواساة المصاب وتعزيته قال الرسول الأكرم صلى الله عليه وآله: (**مَن عزَّى مصاباً كان له مثل**

---

(١) البقرة: ١٥٦ – ١٥٧

(٢) قال تعالى: ﴿وَتَوَاصَوْاْ بِٱلْحَقِّ وَتَوَاصَوْاْ بِٱلصَّبْرِ﴾ – العصر: ٣

أجره)[1]، وقوله ﷺ: (مَن عزَى أخاه المؤمن في مصيبة كساه الله عزَّ وجلَّ حُلةً خضراء يجرُّ بها يوم القيامة)[2].

وما أجدر المثكول أن يواسي مثكولاً مثله، فكما جاء في المثل: (الثكلى تُحبُّ الثكلى)[3]؛ لأنها تجد برد الراحة مع مثيلاتها من المفجوعات، فهي ليست الوحيدة التي اختصت بهذا البلاء، فيخفُّ جزعها، (إنَّ المصائبَ يجمعنَ المحبينا).

ومما يؤسف له أنْ تجدَ في مجالس العزاء، أو في المواكب الجنائزية مَن لا يتحفظ في كلامه وتصرفه، فيمازح هذا ويلاطف ذاك في مورد عِبرة لا مورد ضحك واستهتار، وقد قالوا قديماً: (لكلِّ مقامٍ مقال، ولكلِّ حادثةٍ حديث).

وقد تجد بعضهم يتعامل مع ظاهرة الموت وكأنه مستثنى منها، فهي تطال غيره فحسب!.

وقد يأخذ دور المواساة منحىً مغايراً، ومجانباً للحكمة، فبدلاً من التخفيف من حِدة المصاب يُصَبُّ الزيتُ على

(١) الكافي، ج: ٣، ص ٢٠٥
(٢) منتخب حكم النبي الأعظم ﷺ، ص ٥٣٧، عن مسكن الفؤاد، ص ١٠٦.
(٣) مِن أمثال العرب، محمد عبد الغني حسن وَ عبد السلام العشري، عالم الكتب، القاهرة/ مصر، ١٤٠١هـ/ ١٩٨١م،ص ٥٩.

النار، ويُنكأُ الجرحُ؛ باستثارة النواعي الباكية، والذكريات المحزنة، التي تعيد للمصاب آلامه، ويزيد من جراحه.

وهذا ما يُلحظُ في عزاء النساء أكثر من غيرهنَّ، وكأنَّ الوفاء كُل الوفاء للفقيد وأهله يتطلب الاستنفار بأقصى درجات الاستثارة العاطفية، من بكاء، وندب، ونعي يخرج عن حدِّ الاعتدال، ويدخل في دائرة الجزع الذي نهى عنه الإسلام.

إننا لفي أمسِّ الحاجة إلى ثقافة العزاء الوقور، الذي نؤسلم فيه عواطفنا، ونوجهها فيما يبني روحياتنا، ويعيد نفوسنا إلى مدارها الصحيح بعد العظة والعبرة، وَ(كفى بالموت واعظاً)[1].



---

(١) أمير المؤمنين عليه السلام

٢- الاحتكام للعقل

(اعرفوا العقل وجنده، والجهل وجنده تهتدوا)[١].

أصل العقل في اللغة بمعنى المنع والحجر والنهي والحبس، كعقل البعير بالعقال لمنعه مِن الحركة[٢].

بالعقل نميِّزُ الخير مِن الشر، والجميل مِن القبيح، وما ينفع وما يضر، وندركُ حقائق الأشياء، ونوع العلاقة التي تربطها، ونوازن بين الأمور، ونختار ما يناسبنا مِن مواقف.

وهو مِن أجلِّ نعم الله تعالى وأعظمها، بِه كرَّم الله الإنسان على سائر مخلوقاته، ويحاسب الناس على قدر حظوتهم منه.

وبالعقل السويِّ يحبس الإنسان نفسه ويمنعها مِنْ الكثير مِن الخطايا، والمشتهيات، ولسانه مِن المزالق والهفوات.

---

(١) أصول الكافي، ج: ١٤ ، كتاب العدل والجهل.

(٢) راجع: الصحاح، ج: ٥، ص ١٧٦٩، نقلا عن: منتخب حكم النبي الأعظم ﷺ، محمد الري شهري، تلخيص: مرتضى خوش نصيب، ص ١٥.

للعقل المستقيم سيطرة واسعة يُخضع بها العواطف إذا ثارت، ويقود بها الشهوات إذا جمحت، ويوازن بها بين القوى إذا تضاربت، لذلك، فالأخلاق المستقيمة مدينة في وجودها للعقل المستقيم[1].

يتصوَّرُ البعض أنه ينتصر للعقل والمنطق في بعض قضاياه على حساب البعد الإنساني والعاطفي في شخصيته، فيقسو على مَن أخطأ في حقه، ولا يراعي ظروفه، أو مشاعره، وقد يجانب العدالة في الانتصار لنفسه فيأخذ أكثر من حقه، أو يحيف على خصمه، كُلُّ ذلك مما أنكره الإسلام، قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ كُونُوا۟ قَوَّٰمِينَ لِلَّهِ شُهَدَآءَ بِٱلْقِسْطِ ۖ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَـَٔانُ قَوْمٍ عَلَىٰٓ أَلَّا تَعْدِلُوا۟ ۚ ٱعْدِلُوا۟ هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ ﴾[2]

* * *

(١) الأخلاق عند الإمام الصادق، محمد أمين زين الدين، مكتبة أحمد عيسى الزواد- سيهات ص٤٣

(٢) المائدة: ٨

٣- تفهم عاطفتك

تنطلق الثورة العاطفية بفعل مثير يهدد الاستقرار النفسي للفرد، أو يهدد حاجاته الأساسية والثانوية، والكثير من الناس «يمكن أنْ يثور ثورة عارمة تتسم بالخوف، أو الغضب قبل أن يعرف العقل المفكر حقيقة ما يجري»[١]؛ فيفقد زمام السيطرة على أعصابه، وكبح جماح انفعالاته، فلا يتصرف بروية أو تفكير، وتبدو عليه علامات التشنج، وما إن تهدأ ثورة غضبه، ويستعيد للعقل إمرته، بعد انقشاع الغمامة الانفعالية التي حجبته عن الرؤية يتذكر بعض ألفاظه، وتصرفاته التي اتخذها إزاء هذا الموقف أو ذاك، فيستصغر نفسه، ويندم على ما صدر منه، من كلام جارح، أو موقف مقيت!.

«وقد ندفع أحياناً ثمناً باهضاً إذا ما فقدنا التناسق والانسجام بين عواطفنا»[٢].

نحن بحاجة لفهم عواطفنا متى تطغى؟

---

(١) دور العاطفة في حياة الإنسان، ص ٣٩

(٢) دور العاطفة في حياة الإنسان، ص ١٥٠

ومتى تنكمش؟

ومتى نحسُّ بالآخرين، ونشعر بآلامهم؟

ومتى نشعر بإنسانيتنا؟

ومتى يستغرق بعضنا في حُبِّ الذات، ويضحي في سبيلها بأعزِّ ما لديه مِن مبادئ وقيم؟!

متى نعبر عن عواطفنا بحرية؟

ومتى نقوم باحتوائها؟

إذ لكل موقف، وشخص طريقة في التعبير، بعد تفهم الموقف وأسبابه، وانعكاسه، ومعرفة الشخص أو الوسط الذي تتحرك فيه العاطفة.

قد نتعرض لموقف ما أو مثير يستدعي استجابة، فكيف ستكون تلك الاستجابة؟

بعقلانية بحتة، أو بعاطفية مقننة؟

أم نلجأ للصمت المؤقت؟

كل ذلك يتطلب إعمال فكر وتروياً وتدبراً.

عندما نتفهم كل ذلك فإننا سنتسامى بإنسانيتنا ونتصرف بأكثر حكمة وتعقل.

* * *

٤-الذكاء العاطفي

يأخذ الذكاء العاطفي حيزاً وافراً من اهتمام المعنيين ببناء الذات، وترشيد السلوك؛ لما يُحدِثهُ مِن تحوّل ملحوظ في حياة الإنسان إذا ما أُحسِنَ توظيفه، ولسنا هنا بصدد بحث ومناقشة هذا الموضوع، وإنما نلمح لبعض خصائصه وانعكاساته ذات الصلة.

والذكاء العاطفي يتشكل، ويُعرف عبر مزيج مِن الخصائص والصفات، كالروح الودودة مع الآخرين، والتسلح بالأمل والتفاؤل في الحياة، والواقعية في التعاطي مع الأمور، وتوازن الشخصية وضبط الغرائز والنزوات العابرة، وقوة التحمل والصبر، ورباطة الجأش، والمبادرة القوية والسريعة لإنجاز ما يجب إنجازه، وغيرها.

وبمقدار ما يعتني الإنسان بهذه العوامل وغيرها يتنامى ذكاؤه العاطفي، فالخبرة والتجربة الحياتية الواعية تسهم إلى حَدٍّ بعيد في رفع مستوى الذكاء العاطفي ونموه.

أما الذكاء العلمي فلا تُسهم عوامل التجربة والممارسة

في رفع مستواه إلا بحدٍّ ضئيل، فهو أقرب إلى التشكل الوراثي.

ولذا لا يرجع «نجاحنا في الحياة العملية إلى مستوى الذكاء (العلمي) عندنا بأكثر من ٢٠٪ فقط وأما نسبة الـ ٨٠٪ الباقية لهذا النجاح فتعود إلى عوامل أخرى»[1].

* * *

(١) دور العاطفة في حياة الإنسان، ص ٤٤ (بتصرف)

٥- التحكم بالمظاهر الخارجية للعواطف.

ينتابنا الشـعور بالفرح أو الحزن أو الغضب، مما ينعكس على قسـمات الوجه، ونبرة الصوت، وأسلوب الحركة، غير أنه في الكثير من الأحيان يتطلب الموقف إخفاء هذا الشعور مِنْ أن يبرز بكظم الغيظ وتناسي الحزن.

وخير معين على ذلك مراقبة النفس، واللجوء للصمت، أو مراقبة عملية التحكم هذه مِنْ قِبل شخص نثق برجاحة عقله إن تطلب الأمر.

ويوضـع لذلك برنامـج محدد بفترة مـن الزمن نركز من خلالـه على مبدأ السـيطرة على الـذات بـأن لا ننطق إلا ما نريد أن ننطق به، لا ما يريده من استفزنا أو أغضبنا.

وبمرور الزمن ما يلبث هذا التدرب أن يتحول إلى عادة وملكة لصاحبه.

ثـم ننتقـل إلى درجـة أعـلى، وهـي أن نتحكـم بأصـل العاطفة لا بمظهرها، وانعكاسها، أن أزيل غضبي وحنقي عـلى الآخر، أن أتحـول إلى المحامي الذي يبحث عن العدل

والدليل الذي يثبت منه البراءة لا لنفسه ولكن لمن يختلف معه !!، وتلك روحية عالية يتطلب تحصيلها الكثير من الجهد والمعاناة في تهذيب النفس وسموها.

***

٦- التنفيس بالشكوى

مع ضغط الحياة، وقسوة الظروف، ونكسة الأيام يضيق الإنسان ذرعاً بنفسه، وبمن حوله، وسطوة الحزن والأسى قد تتأجج نارها فلا يكاد يحتملها قلب، أو تكابدها روح.

ولا بد والحال هذه من ذلك الصديق الذي يتنفس عنده بهمه، ويخفف من ثقل ألمه، ويواسيه بلمسة إنسانية حانية، تشاركه لوعته، ومعاناته، في جو حميمي ودود، تتأهبُ فيه كل معاني الحب، والإخلاص، معبرة عن فاعليتها.

يقول ابن عمار الأندلسي:

ولا بُدَّ من شكوى ولو بتنفس
يُسكنُ مِن حَرِّ الحشا والترائبِ

ويقول ابن نباته المصري؛:

ولا بد من شكوى إلى ذي مروءة
يواسيكَ أو يسليكَ أو يتوجعُ[1]

(١) وينسب أيضاً إلى بشار بن بُرد.

ويقول بشار بن برد:

ولا بُـدَّ من شكوى إلى ذي حفيظة
إذا جعلتْ أسرارُ نـفـسيَ تطلعُ

لأنّ تراكم ضغوطات الحياة، ومشاعر الأسى في النفس دون بـوح وتنفيس قـد يؤدي بها إلى الإنفجـار الخارج عن السـيطرة، جـاء في الحديث الشريف: (**من شـكا إلى مؤمن فكأنما شكا إلى الله**).

والصديـق المتمتـع بمهارة الاسـتماع الجيـد الذي يغري بالآخر أن يسترسـل بتفريـغ عواطفـه، وانفعالاته، وآلامه تنجذب له النفوس، وتهفو له القلوب.

والاستماع الجيد ينطوي على «الصبر والتفتح والرغبة في الفهم كما يقتضي قوةً عاطفيةً منضبطة».

وهذا لا يأتي إلا من خلال توطيد دعائم الثقة والاطمئنان والاهتمام بين الصديقين.

وتجدر الإشارة أنه ليس كل همٍّ، وحزن، وأسى، نبوح به ونشتكيه لأصدقائنا، فلنا مع الله خلوات نفتح قلوبنا عليه، ونفضي بهمومنا وحاجاتنا إليه، ونرجو خير ما لديه .

تلك اللحظات التي نخاطب فيها الله لا يمنعنا عنه ستر ولا حجاب ترفع من معنوياتنا، وتزيد من صمودنا، وثقتنا به تعالى؛ فنُقبِلُ على إخواننا بطلاقة الوجه، وابتسامة الثغر، وعذوبة اللفظ، وحسن السَمت[1].

* * *

سُئل أمير المؤمنين عليه السلام ذات يوم عن حاله فأجاب:

وإنْ تَسْألَنِّي كيفَ أنتَ فإنني
صبورٌ على ريبِ الزمانِ صعيبُ
حريصٌ على أنْ لا تُرى بي كآبةٌ
فيشمتَ عادٍ أو يساءَ حبيبُ[2]

لا أحد يُحبُّ أن تُستلَّ بهجته العزيزة بسحائب حزن مثقلة بالهموم.

ومن يداوي جراحه بنفسه أقدر على مغالبة الصعاب، إنه يحاول أن يتحمل الهم متدرعاً بالصبر على صروف الدهر، وتقلب الأحوال، ويحرص على ألا يظهرَ إلا على أحسن حال، فلا تبدو الكآبة عليه، ولا تعرِف سحائب الحزن

---

(١) للوقوف على الدعاء وآثاره ودلالته انظر: ترنيمة الملكوت للمؤلف
(٢) ديوان الإمام علي عليه السلام.

سـبيلاً إليـه، فملامحـه لا تُعبر عما في قلبه من هـمٍّ وحزن فـ (المؤمن بشره في وجهه وحزنه في قلبه)[1] .

ومـن كان حزيناً مهموماً لا يخلو من أن يراه أحد اثنين: عدو فيشـمت، أو صديـق فيحزن، ومن يقبل بهـذا؟! إذاً: «ابتسم وسط المرارة، فإنَّ الحياة لا تساوي دمعة».[2]

والحمد لله رَبِّ العالمين

(١) حديث شريف.

(٢) الصداقة من واقع التجربة ، ص ١٦٢-١٦٥

شكر

أتقدر ببالغ الشكر والتقدير للأستاذين الفاضلين:

الأستاذ حسن عبدالله المطاوعة

والأستاذ الأديب أحمد اللويم

على ما قاما به من مراجعة وتقديم لهذا المؤلف.

كما أشكر الأستاذ عبدالله أحمد التريكي على تجشمه عناء تحرير المسودة الأولية لهذا البحث من محاضرتي.

جعل الله ذلك في ميزان حسناتهم.

لإبداء أي انتقاد، أو رأي، وللتواصل مع الكاتب:

البريد الالكتروني:sana114@gmail.com

الفهرس

الفصل الثالث: أنواع العواطف ومجالاتها

الفصل الرابع: الحب أعذب العواطف الإنسانية

الفصل الخامس: كيف نضبط العاطفة ؟

الفصل السادس: كيف نتحكم بعواطفنا



العَـاطِـفَةُ كَـالمَـاءِ

مقاربة سايكلوجية فنية في العاطفة وتداعياتها

ما بين ماء العاطفة ونار الشهوة ثمة علاقة متواشجة، تتمثل في انطلاقهما مِن مورد واحد، وتأثير كُلٍ منهما في الآخر تأثيراً بالغ الأهمية والخطورة.

تعتبر العاطفة من أشد و أوضح جوانب الشخصية الإنسانية ظهوراً و حضوراً؛ لما لها من تأثير بالغ على بقية الأبعاد المعنوية والسلوكية، في المسيرة الإنسانية.

ومجتمعاتنا موغلة في العاطفة إلى حدِّ الإغراق، حتى تدخلت - **العاطفة** - في صناعة قراراتنا، ومواقفنا، وحكمنا على الأشياء، فأصبحت المستشار، و المقرر، و الحاكم، والشاهد، مما أثّر على التفكير المنطقي المنضبط و آلياته، فنأت الموضوعية، و العدالة، و الحياد في الكثير من قراراتنا و مواقفنا. وتعامينا عن أخطاء مَن نهواه و نرتضيه فرداً كان أو جماعة. وأصبحت العاطفة السيد المطاع، وأصبح العقل تابعاً له، لا متبوعة له، تأمره فيأتمر و تنهاه فينتهي!.

كما نعاني من الجفاف و الفراغ العاطفي على أكثر من صعيد و آخر...

فما هي العاطفة؟

و مِمَ تتشكل؟ و ما أهميتها، و دورها في حياة الإنسان؟ وما أثر كبتها أو إطلاقها في مسيرة الفرد والمجتمع؟ و ما واجبنا تجاهها؟ و ما موقف الإسلام من الحُبِّ باعتباره أشد العواطف ظهوراً و تأثيراً في التحولات النفسية والسلوكية؟

وما علاقة العقل بالعاطفة؟

هذه التساؤلات و غيرها ستجد إجابتها مختصرة تارة و مفصلة أخرى بين طيات هذا الكتاب.

جاسم حسين المشرف

